YEHUDA BERG
IL POTERE DELLA
KABBALAH
Una tecnologia per l'anima
TEA

Indice

Ringraziamenti 11
Introduzione 13

Parte Prima
Chi siamo? 25

Parte Seconda
La Creazione, il Big Bang e la natura di Dio 65

Parte Terza
Il puzzle della Creazione e la Teoria della Reattività **103**

Parte Quarta
Il gioco, il nostro avversario e l'arte della trasformazione spirituale 145

Parte Quinta
Come vincere il gioco della vita 245

Appendici 273

IL POTERE DELLA KABBALAH

Dedico questo libro a mio fratello Michael.
Che il tuo libro, *Becoming Like God*,
possa aiutare tutti noi ad assomigliare a Dio.

Nella ricerca della saggezza il primo stadio è il silenzio,
il secondo l'ascolto, il terzo il ricordo, il
quarto la pratica, il quinto l'insegnamento.

il cabalista SOLOMON IBN GABIROL

Ringraziamenti

Vorrei ringraziare le molte persone che hanno reso possibile la nascita di questo libro.

Innanzitutto, il Rabbino Berg e Karen Berg, miei genitori e insegnanti. Vi sarò eternamente grato per non avermi mai fatto mancare la vostra guida, la vostra saggezza e il vostro appoggio incondizionato. Io sono soltanto uno dei tanti cui avete fatto dono del vostro amore e dei vostri insegnamenti.

Mio fratello Michael Berg: per il tuo costante sostegno e la tua amicizia e per la grandezza della tua visione. La tua presenza nella mia vita mi sprona a cercare sempre di migliorarmi.

Mia moglie Michal: per l'amore e l'appoggio che mi dai e per la forza silenziosa che hai dentro. E poi perché sei così bella, limpida e diretta: sei tu la roccia che mi permette di spiccare il volo.

David, Moshe, Channa e Yakov, i preziosi doni che mi ha dato la vita: ogni giorno, guardandovi, mi rendo conto di quanto ci sia ancora da fare affinché il futuro possa essere migliore del presente.

Billy Phillips, uno dei miei amici più cari, per avermi aiutato a concepire questo libro. Non sarebbe stato possibile

senza di te. Ciò che ogni giorno fai per il Kabbalah Centre è più prezioso di quanto tu possa immaginare.

Eitan Yardeni, Michael Shane, Linda Friedman, Peter Guzzardi, Ruth Zilberstein, Mitch Sisskind, Hylun Lee, Christian Witkin ed Esther Sibilia: è grazie a loro se questo libro ha una qualità, una completezza e un'accessibilità degne del suo valore spirituale. Grazie per avermi aiutato nella pubblicazione di questa straordinaria perla di saggezza cabalistica che ho ricevuto in eredità da mio padre, il Rabbino Berg. Queste pagine saranno per sempre prova della vostra dedizione.

A due miei grandi amici: entrambi siete una vera fonte di ispirazione per me e vi amo moltissimo... e voi sapete chi sto parlando.

A volte nella nostra vita entrano persone che hanno un i patto decisivo su di noi. A un mio amico straordinario: gra--zie per essere entrato nella mia.

Gli amici dei Kabbalah Centre sparsi in tutto il mondo: le serate che passiamo insieme sono il carburante che alimenta il mio entusiasmo nel diffondere il potere della Kabbalah nel mondo. Fate parte di me e della mia famiglia, indipendentemente da dove vi troviate.

Gli studenti del Kabbalah Centre: il vostro desiderio di imparare, di migliorare la vostra vita, e di condividere con gli altri è per me fonte d'ispirazione. I progressi che vi vedo fare di giorno in giorno danno ancora più senso e valore a ciò che faccio.

INTRODUZIONE

Una sorgente di saggezza

Immaginate che esista una misteriosa saggezza in grado di svelare e unificare ogni legge fisica e spirituale dell'esistenza...

Immaginate che da tale saggezza abbiano tratto la loro vera origine tutti gli insegnamenti spirituali, le religioni arcaiche, Gesù, Maometto, Mosè, Adamo ed Eva e la stessa Creazione del mondo....

Immaginate che le sue rivelazioni abbiano avuto una profonda influenza sui maggiori pensatori della storia, incluse le grandi anime appena citate...

Immaginate che, in un tempo molto lontano, una ristretta cerchia di eminenti saggi sia riuscita a comprenderla e a tramandarla attraverso testi che furono tenuti nascosti per duemila anni...

Infine immaginate che questa misteriosa saggezza possa svelare tutti i segreti dell'universo, dare risposta a ogni domanda, risolvere ogni vostro dilemma...

Tale saggezza esiste davvero, nonostante sia stata tenuta segreta per gran parte della storia dell'umanità.

Essa prende il nome di Kabbalah, e i visionali che ebbero il coraggio di contemplare e interpretare i suoi misteri furono chiamati cabalisti.

Il più importante testo della Kabbalah è lo *Zohar* (« [Il libro dello] Splendore ») i cui insegnamenti mistici hanno trovato eco nelle menti più brillanti dell'intera storia dell'uomo - in campo spirituale, filosofico, religioso e scientifico. Una cosa che la maggior parte dell'umanità ignora. (Per un resoconto dettagliato del foltissimo impatto che la Kabbalah ha avuto sul mondo intero, si veda la « Breve storia della Kabbalah » nelle pagine finali.)

Il Segreto rivelato

Il processo che ha portato questa saggezza nelle mani di persone come voi cominciò circa duemila anni fa, grazie ai libri dello *Zohar*, l'autorevole corpus di conoscenza sulla Kabbalah, e al loro autore, un gigante tra i cabalisti, il Rabbino Simeon ben Yochai. Nel corso dei secoli che seguirono, moltissimi coraggiosi cabalisti furono oggetto di disprezzo da parte dell'establishment religioso a causa dei loro sforzi per rendere lo *Zohar* accessibile a persone di ogni condizione. Molto sangue andò versato, molte persone furono torturate e molte esistenze vennero brutalmente troncate.

Paradossalmente, dopo la loro morte, quegli stessi cabalisti che tanto erano stati disprezzati furono all'improvviso tenuti nella massima considerazione da coloro che li avevano osteggiati. Per oltre venti secoli lo schema fu questo.

Se oggi avete la possibilità di leggere questo libro di atavica saggezza è soprattutto grazie a tre uomini. Sono loro i veri cabalisti della nostra era:

il Rabbino Ashlag,

il Rabbino Brandwein,

il Rabbino Berg.

Sono orgoglioso di poter dichiarare che il Rabbino Berg è mio padre, mio insegnante, mio mentore, e mio amico. Il Rabbino Brandwein fu insegnante di mio padre, mentre il Rabbino Ashlag fu l'adorato insegnante del Rabbino Brandwein.

Ciò che veramente contraddistingue questi tre uomini è la loro straordinaria capacità di rendere accessibili anche ai profani gli insegnamenti esoterici e complessi. Nel corso della storia scienziati, filosofi e medici ricorsero segretamente alla Kabbalah per attingerne idee e nozioni che avrebbero contribuito alla formazione delle maggiori dottrine filosofiche e scientifiche. Gli eruditi la studiarono a fini intellettuali e accademici. Ma mentre chiunque può essere un brillante esperto di musica classica, solo un Mozart può comporre un capolavoro sinfonico.

Il Rabbino Berg, il Rabbino Brandwein e il Rabbino Ashlag sono i tre « virtuosi » della Kabbalah, i veri custodi di questa saggezza. Il loro lignaggio risale al tempo di Abramo, nel solco di una veneranda tradizione che ha preservato tale saggezza nella sua forma originale, pura.

Il loro scopo non era un premio Nobel, il plauso accademico, un'infinita dissertazione filosofica; il loro scopo era solo quello di portare felicità, pace e appagamento a tutta l'umanità.

Esiste qualcosa di più importante?

Per favore, fate attenzione

Resta in realtà un solo avvertimento, un severo divieto riguardo alla saggezza e alle lezioni della Kabbalah. Tale avvertimento risale al II secolo, ed è il primo dei 12 Principi Spirituali che verranno presentati in questo libro:

Non credete a nulla di ciò che leggete!

Si è detto che la Kabbalah può affrontare tutte le domande che l'uomo si pone da sempre, tra cui:

- Esiste un Dio?
- Perché la vita è così piena di caos e dolore?
- Perché noi stessi esistiamo?
- Come posso raggiungere nella mia esistenza un appaga mento ininterrotto?

Alcune persone affermano che la Kabbalah non è solo la luce in fondo al tunnel, ma la Luce che brucia ed elimina il tunnel stesso, spalancando dimensioni totalmente nuove di significato e consapevolezza.

La Kabbalah può dirci molte cose: come e quando ha avuto origine il mondo; perché continuiamo a ricadere sempre nelle stesse cattive abitudini; perché continuiamo a evitare

quelle attività *che* sappiamo essere buone e positive per la nostra vita; perché esiste il caos ; come dare senso e forza spirituale a ogni nostro momento di veglia.

Sono affermazioni solenni... ma non credeteci. Non credete a una sola parola. Neppure per un secondo. La sola idea di credere implica un residuo di dubbio, mentre il *conoscere* non lascia traccia di scetticismo. Significa certezza. Convinzione assoluta. Nelle viscere. Nel cuore. Nell'anima.

Dunque, per favore, mettete alla prova ogni lezione di questo libro. Applicate questi principi alla vostra esistenza. Vivete queste lezioni e osservate se la vostra vita migliora, Respiratele e poi guardate se « l'aria » si fa più pulita.

Sono stati necessari molti sacrifici e molta sofferenza perché un libro come questo potesse oggi giungere a voi e al resto dell'umanità. Perciò è importante che tutti noi facciamo tesoro del principio cabalistico che afferma: « Nessuna coercizione nella spiritualità ».

In altre parole, l'intento di questo libro non è quello di fare prediche, ma di insegnare con umiltà! Per tale ragione non accettate le sue lezioni supinamente. Devono esserci risultati tangibili nella vostra esperienza diretta. Quando ciò accadrà, sentirete nel corpo e nell'anima la verità della Kabbalah e arriverete a *conoscere* dentro al vostro cuore la saggezza dei saggi.

Il linguaggio della semplicità

II potere della Kabbalah è un libro allegro *e* al tempo stesso profondamente serio. Se leggerete i capitoli che seguono con questo spirito, li troverete non solo illuminanti ma anche divertenti. La saggezza non deve per forza essere complicata, noiosa e pesante. Mio padre, in effetti, fin da quando ero molto piccolo, mi diede un insegnamento importante: quando ci sforziamo di comprendere i misteri del nostro universo e le verità assolute della nostra esistenza, come possiamo capire se una cosa è realmente vera? La nostra cartina di tornasole è la semplicità. La verità risulta sempre comprensibile a tutti, anche ai bambini, e non soltanto a un'elite di intellettuali. Se un'idea - o un concetto - è complessa o contorta, è probabile che non sia la verità.

Un vero cabalista è colui che riesce a rendere accessibile ciò che è complicato. Ecco quale fu il genio del maestro di mio padre, e del maestro del suo maestro. Dunque, non lasciatevi ingannare dalla semplicità e dall'apparente leggerezza di questo libro.

Dopo tutto nella Kabbalah la saggezza viene chiamata *Luce!*

Malintesi in merito alla Kabbalah

Coloro che danzavano erano considerati folli
da quelli che non riuscivano a sentire la musica.
ANGELA MONET

Nei tempi antichi la parola *Kabbalah* faceva una terribile paura alla maggior parte dei capi religiosi. Poiché era avvolta nel mistero e viaggiava con secoli di anticipo nelle sue speculazioni, la Kabbalah fu oggetto di false dicerie e sospetti: immaginatevi di cercare di spiegare il concetto di un telefono o di Internet a persone del XV o del XVI secolo. Vi etichetterebbero come mistici, e la Kabbalah venne chiamata misticismo proprio per quella ragione. Ma ciò che un tempo era considerato misticismo ora viene chiamato scienza; per dirla con le parole dello scrittore Arthur C. Clarke: « Qualunque tecnologia sufficientemente avanzata non è distinguibile dalla magia ».

La Kabbalah era e continua a essere la vera tecnologia della vita. È la scienza dell'anima e la fisica (e la metafisica) dell'appagamento. E, dal momento che si trattava di una filosofia innovativa che fece la sua comparsa con un anticipo di secoli rispetto al suo tempo, fu sommersa da una marea di idee sbagliate, tra cui quella che la Kabbalah potesse fare impazzire le persone.

Proprio così! Tanto tempo fa si riteneva che lo studio della Kabbalah potesse condurre alla *pazzia,* ed ecco che cosa risponde questo libro...

Abbandoniamoci alla pazzia!

Se la nostra società pensa che siano segno di sanità mentale: infarti, attacchi di panico, buco nell'ozono, omicidio, genocidio, suicidio, disastri aerei, crollo delle Borse, scontri etnici, sparatorie nei licei, lotte religiose, recessione, depressione, psicoterapie, servizi sociali, guerra chimica, claustrofobia, xenofobia, disoccupazione, corsa agli armamenti, persecuzioni, esecuzioni, corruzione politica, licenziamenti di massa, pasticche, steroidi, malattia, solitudine, terremoti, inquinamento, infermità, tossicodipendenza, e morte... be', allora sì, la Kabbalah può farvi uscire di senno!

Allora, siete disposti a diventare un po' *pazzi?*

Fantastico!

PARTE PRIMA
CHI SIAMO?

L'essenza dell'umanità

Chi siamo? Di che cosa siamo costituiti essenzialmente? Di che materia siamo fatti, qual è la nostra essenza, il nostro vero nocciolo? Qual è il nostro elemento costitutivo essenziale? Avete mai provato a riflettere su questa domanda? La Kabbalah usa un'unica parola per definirci:

DESIDERIO!

Desiderio in movimento

Quando la Kabbalah usa la parola *desiderio*, non lo fa in senso metaforico. Il desiderio rappresenta realmente la nostra qualità intrinseca. La materia di cui siamo fatti. Ciò che ci fa funzionare. Siamo tutti desideri ambulanti che cercano costantemente di soddisfare le proprie esigenze. Il cuore batte, il sangue scorre, il corpo si muove soltanto perché c'è un desiderio che chiede di essere appagato. Il Rabbino Ashlag, un cabalista, una volta scrisse che se non fosse per un desiderio interiore, gli esseri umani non muoverebbero neppure un dito.

Desiderio e diversità

In verità, sono i desideri individuali a conferirci le nostre rispettive identità.

Alcune persone desiderano l'appagamento sessuale. Altre quello intellettuale. Alcuni cercano l'appagamento religioso. Altri aspirano a quello materiale. Alcuni di noi desiderano la fama. Altri 1'illuminazione. Alcuni hanno sete di viaggi e avventure. Altri di solitudine. C'è chi cerca di saziare la sua fame di vita attraverso i beni materiali e il denaro. E c'è chi, per placare la sua sete di gloria, rincorre gli allori accademici.

Secondo la Kabbalah il desiderio umano opera su tre livelli:

PRIMO LIVELLO

Questi desideri affondano le loro radici nella concupiscenza animale. I bisogni, le esigenze e i comportamenti appresi di un individuo esistono solo per appagare quelle urgenze primarie. Le persone che si trovano al Primo Livello si servono del pensiero razionale, come fa ogni essere umano, ma allo scopo di assecondare il loro desiderio animale. « Uno schiavo non si eleva mai al di sopra del suo padrone », dichiara il cabalista Rabbino Ashlag.

SECONDO LIVELLO

Questi desideri cercano di soddisfare esigenze che non appartengono al regno animale, come l'onore, il potere, il prestigio, il controllo sugli altri. I bisogni e, di conseguenza, i pensieri, le scelte, le decisioni e le azioni di queste persone sono volte esclusivamente a soddisfare al massimo grado questi desideri.

TERZO LIVELLO

Infine esistono dei desideri volti essenzialmente alla sfera razionale. Mirano alla massima gratificazione di un desiderio di natura intellettuale. Ciò include il desiderio di saggezza, sapienza e la ricerca di risposte.

« Questi tre tipi di desiderio », afferma il Rabbino Ashlag, « si ritrovano in ciascun rappresentante della razza umana; tuttavia in ciascun individuo si mescolano in proporzioni diverse, e ciò spiega le differenze che esistono tra un essere umano e un altro. »

Un Vaso

Nel linguaggio della Kabbalah si parla del desiderio come di un *Vaso.* Un Vaso è come una coppa vuota che necessita di essere riempita, ma a differenza di una coppa vuota nel mondo fisico, il Vaso dei nostri desideri non ha alcun fondamento materiale. Per esempio, vi ricordate di quella volta in cui vi siete abbuffati di una succulenta grigliata di carne fino al punto che vi sembrava di scoppiare? Non ne avreste potuto mangiare neanche un boccone in più. Ma poi è arrivato al vostro tavolo il carrello dei dolci e avete sgranato gli occhi di fronte a una parata di irresistibili dessert. Anche se avevate la pancia piena, il vostro nuovo desiderio di qualcosa di dolce è riuscito a fare un po' di spazio e dopo un minuto vi eravate già tuffati su una fetta di Sacher. Anche se alla fine ci può essere un limite al nostro appetito, non esistono limiti al nostro desiderio.

Non esiste una sola attività a questo mondo che non abbia origine da una qualche esigenza interiore, grande o piccola che sia, che pretende di essere appagata. È come se la nostra volontà non avesse alcun controllo al riguardo. Viviamo con il pilota automatico inserito, mossi dal costante bisogno di appagare tutti i desideri che abbiamo nel cuore e nell'anima.

L'oggetto del desiderio

Allora, che cos'è che i nostri cuori desiderano davvero? Si può dire che l'obiettivo primario del nostro desiderare sia un'ininterrotta felicità, anche se la *felicità* potrebbe avere significati differenti per persone diverse.

Di fatto aspirare a una costante felicità è il vero legame che accomuna ogni essere umano. Non c'è bisogno di convincere un criminale, un avvocato, un muratore, un alto dirigente, una persona malvagia, una persona buona, un magnate o un povero a desiderare la felicità. Rappresenta la nostra vera essenza, anche se può significare cose diverse per ciascuno di noi.

Uno scienziato potrebbe desiderare la verità e la comprensione delle leggi che regolano il nostro mondo fisico, oppure potrebbe aspirare a vincere il premio Nobel e a lasciare un segno imperituro nella Storia dell'umanità. Un politico forse cerca di fare il bene della sua comunità, della sua città o del suo Paese... o magari, invece, gli interessa solo ottenere privilegi personali, potere e prestigio. Un bambino di solito desidera giocare e stare bene. Un comico probabilmente desidera fare ridere ed essere amato e accettato. Un alto dirigente per lo più mira alle gratificazioni economiche e al potere. Un operaio forse desidera una vacanza, cibo in tavola e tranquillità. Uno studioso aspira al sapere e al plauso da parte dei suoi colleghi.

In verità, tutti gli oggetti del nostro desiderio non sono che forme diverse di appagamento. Sono proprio questi vari « contenitori » a metterci in moto e a dare forma alla nostra vita.

La Kabbalah riassume ognuna di queste differenti forme di appagamento in una sola parola...

LUCE!

Il potere della Luce

Il termine *Luce* è soltanto una parola in codice, una metafora usata dagli antichi cabalisti per convogliare il vasto spettro di appagamenti cui gli esseri umani aspirano.

Avete mai osservato un raggio di sole dopo la pioggia in un giorno d'estate? Quando colpisce una gocciolina d'acqua la luce si scompone nei sette colori dell'arcobaleno. Come 1 questo singolo raggio di sole racchiude tutti i colori dello I spettro, così la parola Luce rimanda a tutti i « colori » della I gioia che le persone vanno cercando.

Tuttavia, esiste una differenza fondamentale tra la metafora della luce solare e la Luce di cui parla la Kabbalah. La luce bianca che ci arriva dal sole è costituita soltanto dai sette colori dello spettro. La Luce cui si riferisce la Kabbalah, invece, racchiude una gamma infinita di « colori ».

In altre parole, in essa si può ritrovare ogni forma di appagamento possibile e immaginabile cui un'anima possa aspirare, comprese le gioie del sesso e l'estasi del cioccolato, il potere della guarigione, della prosperità e la benedizione di una relazione piena d'amore e di passione.

La Luce include anche quella forza che chiamiamo intuito. La magia che porta nella nostra vita le persone e le occasioni giuste. La forza che rende efficiente il nostro siste-

ma immunitario. Quello spirito che abbiamo dentro e che risveglia in noi la speranza. Il carburante che ci spinge ad andare avanti. La costante felicità e l'entusiasmo dell'essere vivi.

La Luce resta accesa

Ma la Luce non è intesa solamente come felicità e gioia. In termini cabalistici, essa rimanda a una felicità senza fine, a una gioia costante. È la differenza che esiste tra piacere e appagamento. In realtà non aspiriamo a un fugace momento di piacevolezza. I nostri desideri più profondi non sono limitati a quindici minuti di fama, o al fuggevole entusiasmo che proviamo dopo avere concluso un buon affare. Né a un effimero « sballo » dato da una droga o al momentaneo sollievo indotto da un antidolorifico. Noi non vogliamo che i nostri simili ci apprezzino solo per un breve periodo. Non desideriamo mantenerci in salute solo per metà della nostra esistenza. Non desideriamo avere un'appagante vita sessuale con il nostro compagno solamente per i primi due mesi della nostra relazione: noi vogliamo che i nostri desideri siano costantemente soddisfatti. Questo appagamento costante è definito Luce.

La radice della nostra infelicità

Alla base della nostra infelicità e della nostra ansia sta il fatto che i nostri desideri non sono sempre permeati di Luce. Se per cinque anni in un'area della nostra vita perdura la gioia significa che nel « serbatoio » c'era Luce soltanto per durare quel determinato lasso di tempo. Esaurire la Luce - o meglio, disconnettersi da essa - è ciò che ci rende infelici. Più Luce abbiamo nella nostra vita, più a lungo i nostri desideri restano appagati e più felici siamo.

Abbiamo anche una tremenda paura che la nostra felicità sia destinata a finire. Quando ci sentiamo in un raro stato di benessere e serenità, abbiamo la brutta tendenza a pensare che sia troppo bello per essere vero. Ci preoccupiamo del domani. E nello stesso istante in cui questi dubbi si insinuano, non appena cominciamo ad angustiarci chiedendoci quanto durerà, esauriamo la Luce. Perdiamo la connessione. Dunque la Luce viene definita anche come il conforto, la sicurezza, la tranquillità mentale di sapere che la felicità ci sarà anche domani. Quando siamo connessi con la Luce, non esistono la paura, l'ansia, o l'insicurezza riguardo al futuro.

Il desiderio più grande

Alla luce (il gioco di parole è voluto!) di quanto abbiamo appena detto, i cabalisti affermano che il desiderio più grande di ogni essere umano è quello della Luce. Inoltre ci spiegano che tale Luce è ovunque. È la sostanza più diffusa nell'universo. Riempie il cosmo e permea la nostra realtà. È infinita. Sconfinata. E sempre pronta a fare più di quanto possiamo immaginare. Ciò c'induce a porci una domanda inevitabile:

Se il desiderio è la nostra essenza,
e l'universo è mondato di Luce, che cosa si frappone tra noi e una felicità senza fine?

RISPOSTA: UN VELO.

I due lati dei velo: l'1 per cento e il 99 per cento

Secondo la Kabbalah esiste un velo che divide la nostra realtà in due regni: quello dell'I per cento e quello del 99 per cento. Il primo regno comprende il nostro mondo fisico, ma esso rappresenta una piccolissima parte dell'intera Creazione. È soltanto ciò che possiamo percepire con i nostri cinque sensi: ciò che possiamo annusare, assaporare, toccare, vedere e sentire. E non è che un minuscolo frammento di quello che davvero si può trovare « là fuori ».

Dall'altro lato del velo c'è il regno del 99 per cento, che comprende la vasta maggioranza della realtà.

Nel regno dell'I per cento la vita ha la fastidiosa abitudine di prenderci in contropiede. Soffriamo della cosiddetta « Sindrome dell'Improvvisamente ».

Improvvisamente ha avuto un infarto!
Senza alcun preavviso l'ha lasciata.
Ci ritroviamo improvvisamente senza soldi.
Improvvisamente l'affare è andato a monte.
Ha cambiato improvvisamente idea.
Improvvisamente i medici le hanno scoperto un nodulo.
La vita improvvisamente mi sembra così vuota.

Ma è proprio vero che le cose accadono « improvvisamente »? Secondo la Kabbalah no. Assolutamente no. All'origi-

ne di ogni evento « improvviso » c'è **sempre una causa** nascosta, qualcosa che ci è sfuggito.

Vi è mai capitato di svegliarvi una bella mattina e di accorgervi che in giardino è improvvisamente spuntata una maestosa quercia? Ovviamente no. Nel passato, da qualche parte, deve essere stato piantato un seme. Secondo la Kabbalah quando salta fuori un problema grave che interrompe bruscamente il flusso di felicità che appagava un vostro particolare desiderio, non si tratta di un evento casuale, caotico. Esiste una causa più profonda. Nel passato, da qualche parte, deve essere stato piantato un seme. L'errore più grave che commettiamo è quello di credere che esistano errori, o circostanze accidentali. Non esistono errori. Non esistono coincidenze. Né incidenti né catastrofi improvvise. Tutto ciò che accade ha sempre una ragione.

La teoria del Caos

La Sindrome dell'improvvisamente deriva dalla nostra incapacità di vedere attraverso le illusioni della vita vissuta nel regno dell'I per cento. Non siamo capaci di vedere al di là del tumulto momentaneo per cogliere il grande disegno. Non sappiamo vedere dall'altra parte del velo, là dove risiede la realtà più vasta. I meteorologi si trovavano ad affrontare lo stesso problema nel cercare di prevedere il tempo. Poiché i temporali e le altre fluttuazioni nelle condizioni atmosferiche si verificavano senza preavviso, erano giunti alla conclusione che le condizioni atmosferiche non fossero altro che una caotica, casuale e imprevedibile serie di eventi. Grazie ai progressi scientifici, invece, si scoprì che *nel* caos si celava un misterioso ordine. La scienza chiama tale fenomeno *effetto farfalla.*

L'effetto farfalla

Per quanto possa sembrare incredibile, la lievissima turbolenza prodotta dal battito d'ali di una farfalla a Tokyo può amplificarsi fino a sfociare in un tornado nel Kansas. Così come una persona che sbatte una portiera della macchina nell'Iowa può influenzare le condizioni atmosferiche del Brasile. A un livello di realtà più profondo tutte le cose sono connesse. Se ai meteorologi il tempo sembra misterioso è solo perché non sono in grado di cogliere e valutare l'infinità di influssi che concorrono a originare un temporale... come farfalle che battono le ali o portiere che vengono richiuse con forza.

La Kabbalah scoprì questo concetto secoli fa. Per quanto la nostra vita possa sembrare caotica, in essa si cela un ordine intrinseco. Il problema è che un velo limita la nostra capacità di individuare tutte quelle farfalline che portano correnti di caos nella nostra esistenza. Eppure, tutti i tornado e le tempeste che ci investono hanno una causa nascosta dietro al velo. Noi osserviamo il livello di realtà in cui si manifestano gli effetti non quello in cui si celano le cause: di fronte al restante 99 per cento siamo ciechi.

E così ci ritroviamo a contatto con una microscopica porzione di realtà nello sforzo disperato di appagare i nostri desideri più profondi. Alcuni di noi si accostano alla scienza, altri alla religione tradizionale, c'è chi ricorre alle droghe. Alcuni ricercano denaro e potere. Ma il vuoto interiore

rimane. Ci sentiamo insignificanti, senza difese, impotenti, affamali di nutrimento spirituale, alla ricerca di un senso, di un cambiamento positivo.

Resteremo confinati nel regno dell'I per cento? Saremo per sempre esclusi dalla realtà del 99 per cento? Siamo condannati al caos e alle tenebre?

Quel velo rimarrà per sempre?

Nemmeno per sogno.

II regno del 99 per cento

Un fisico teneva un ferro di cavallo appeso sulla porta del suo laboratorio. I colleghi ne furono sorpresi e gli domandarono se credeva che gli portasse fortuna nei suoi esperimenti. Egli rispose: «No, non sono superstizioso, ma mi hanno detto che funziona anche se non ci credi ».

R.L. WEBER, *A Random Walk in Science*

La realtà a noi familiare è il mondo dell'1 per cento in cui viviamo, eppure ne esiste un'altra al di là del velo - quella del 99 per cento - che è decisamente molto più importante. Secondo la Kabbalah è quest'ultima la vera fonte di ogni appagamento duraturo. Ogni forma di conoscenza, saggezza e gioia dimora in questo regno. È il dominio di ciò che i cabalisti chiamano *Luce.* Ogni volta che proviamo gioia significa che siamo entrati in contatto con quel regno attraverso una qualche azione avvenuta nel regno dell'1 per cento. Magari è stato l'abbraccio del vostro bambino. O forse è stato semplicemente un buon affare andato in porto. Comunque sia, la gioia che provate sgorga dal regno del 99 per cento.

Niente di nuovo sotto il sole

Prima di Thomas Edison la civiltà viveva molto più al buio rispetto a quanto accada nel mondo di oggi, illuminato ventiquattr'ore su ventiquattro da luci al neon, faretti e lampade alogene. Ma quando Edison creò la prima lampadina inventò davvero qualcosa di nuovo o le informazioni su come fare una lampadina in realtà esistevano già?

In altre parole, se cent'anni prima di Edison qualcuno avesse potuto disporre delle stesse informazioni e dei medesimi materiali, non si sarebbe potuto schiacciare l'interruttore molto prima?

Nel formulare la sua Teoria della Relatività Albert Einstein scoprì realmente qualcosa di nuovo, o quel qualcosa era sempre esistito?

Isaac Newton inventò la gravità quando ne scoprì le proprietà oppure essa esisteva già?

Edison, Einstein e Newton scoprirono soltanto qualcosa che esisteva già. Ma allora dov'erano rimaste nascoste tutte quelle informazioni prima che quelle grandi menti le scoprissero? Secondo la Kabbalah la risposta va cercata nel mondo del 99 per cento.

Una sinfonia senza tempo

Mozart dichiarò di poter concepire mentalmente intere sinfonie prima ancora di aver scritto una sola nota. Quando riuscì a sentire dentro la sua mente un'ora di musica in un solo istante, si rese conto che stava attingendo a un'altra realtà; stava trascendendo le leggi del tempo e dello spazio per accedere a una dimensione spirituale. Quest'altra realtà cui Mozart stava attingendo è il regno del 99 per cento. ;

Anche le grandi menti scientifiche del passato ritenevano che l'introspezione spirituale giocasse un ruolo nelle loro scoperte. Oggi gli scienziati stanno cominciando ad ammettere che la dimensione spirituale può essere fonte di grande ispirazione.

Prendete il caso del chimico russo Dmitrij Mendeleev che nel 1869 fece uno strano sogno che raccontò:

> *Feci un sogno in cui tutti gli elementi andavano a sistemarsi in bell'ordine in una tabella. Appena mi svegliai trascrissi subito tutto su un foglio.*

Il sogno di Mendeleev portò alla Tavola Periodica degli Elementi che tutti noi abbiamo studiato a scuola nelle ore di chimica.

L'insulina, usata nel trattamento dei diabetici, fu scoperta dal medico canadese Sir Frederick Banting. In sogno intuì

un metodo per estrarre la sostanza da un pancreas non umano. Grazie a questa scoperta Banting vinse il premio Nobel e fu fatto cavaliere.

L'inventore americano Elias Howe sognò di essere inseguito da cannibali armati di lance. Mentre coloro che gli davano la caccia agitavano le lance su e giù egli si accorse che in ognuna di esse c'era un forellino. Dopo quel sogno Howe riuscì finalmente a mettere a punto l'invenzione della prima macchina da cucire automatica, poiché aveva intuito che la cruna doveva essere posta sull'estremità inferiore dell'ago e non in cima.

Il celebre scienziato Niels Bohr sosteneva di aver sognato di essere seduto sopra il sole mentre tutti gli altri pianeti gli saettavano intorno appesi a sottili cordoncini. Dopo quella visione Bohr mise a punto il modello dell'atomo.

Robert Louis Stevenson raccontava che l'idea per il suo famoso romanzo *Lo strano caso del dottar Jekyll e del signor Hyde,* così come gran parte del suo capolavoro, gli era venuta in sogno.

Platone parlava del mondo delle Idee, che lui riconosceva come l'origine e la vera fonte della nostra realtà fisica e di ogni saggezza. Il nostro mondo non era che un pallido riflesso di quella realtà nascosta.

Nel suo *Ombre della mente. Alla ricerca della coscienza* il grande fisico Roger Penrose ha scritto:

> *Secondo Platone le verità e i concetti matematici risiedono in un mondo a sé stante che è fuori del tempo e privo di*

una collocazione fisica. Il mondo di Platone è un mondo ideale di forme perfette, separato da quello fisico, ma ordinato secondo una logica che fornisce la chiave per comprenderlo.

Provate a indovinare da dove Platone potrebbe aver mutuato quest'idea affascinante. La maggior parte delle grandi menti della rivoluzione scientifica - tra cui Henry More e Leibniz - concorda sul fatto che Platone abbia attinto quell'idea dall'antica Kabbalah!

Il momento della connessione

Platone definì « divina follia » la connessione con il mondo del 99 per cento.

Il noto filosofo Nicola Cusano la definì «relazione divina» o *docta ignorantia.*

Mozart la descrisse come « un empito »

Il filosofo Edmund Husserl la chiamava « intuizione pura » e « intuizione ».

Nostra mamma la chiama « intuito di mamma ».

La nostra anziana zia Rosa la chiamava « sesto senso ».

Le persone brave negli affari lo chiamano « fiuto ».

Breve sommario dell'1 per cento

La realtà dell'1 per cento è il mondo dei nostri cinque sensi. È un regno governato dal caos in cui:

Reagiamo a eventi esterni.

Il senso di appagamento è temporaneo e fugace.

Effetti, sintomi e reazioni ci preoccupano.

Siamo vittime che apparentemente soffrono a causa delle azioni di altre persone e delle circostanze esterne.

Sembra che non ci sia speranza di indurre un cambiamento positivo poiché ogni cambiamento è fugace e quindi illusorio.

La maggior parte dei nostri desideri rimane inappagata.

Il regno dell'I per cento è governato dalla Legge di Murphy: tutto quello che può andar storto andrà storto. Anche quando le cose vanno bene sappiamo che non potrà durare perché viviamo una continua serie di alti e bassi.

Quando viviamo soltanto nell'I per cento, la vita ci fa soffrire e il mondo appare buio e disordinato.

Breve sommario del 99 per cento

La realtà del *99* per cento sta al di là della percezione umana. Essa è:

Un mondo di ordine assoluto, perfezione è Luce spirituale.

Un regno fatto di azione piuttosto che di reazione agli eventi esterni.

La sorgente, il seme, e l'origine nascosta del mondo fisico.

Un mondo di appagamento totale, di conoscenza infinita e di eterna gioia.

Una dimensione in cui possiamo indurre cambiamenti positivi, durevoli e permanenti che si manifestano anche nel nostro mondo dell'1 per cento.

Non c'è ombra della Legge di Murphy nel regno del 99 per cento! Quando viviamo in connessione con il 99 per cento, la vita è appagante, l'energia scorre e il mondo appare luminoso e bello.

Ciò ci porta al Secondo Principio cabalistico:

Esistono due realtà fondamentali:
il nostro mondo dell'1 per cento, fatto di oscurità,
e quello del 99 per cento, il regno della Luce!

La scienza del XX secolo incontra il 99 per cento

Il professor Stuart Hameroff è medico, docente di anestesiologia e psicologia, nonché direttore associato del Center for Consciousness Studies presso la University of Arizona. Hameroff, insieme a Roger Penrose, il brillante fisico di Oxford, ha compiuto ricerche sulla natura della coscienza umana.

Hameroff era affascinato dalla descrizione del regno del 99 per cento e dalla sua somiglianza con la visione del nostro universo offerta dalla meccanica quantistica.

Afferma Hameroff:

> *Da cent'anni si sa che esistono due mondi, quello classico e il mondo dei quanti. Noi viviamo nel mondo classico in cui ogni cosa sembra « normale » (per quanto inappagante). Tutto è dotato di forma, localizzazione, sostanza. Tuttavia, su scala piccolissima regna il mondo dei quanti e lì ogni cosa è strana e bizzarra, una sfida al senso comune.*
>
> *La scienza sa molto poco del mondo quantistico, ma ora crediamo che esso sia un grande magazzino di informazioni che include i valori platonici come bene contro male, bellezza, verità e saggezza. Secondo me ciò indica che il mondo quantlstico possa essere definito come il mondo del 99 per cento, e che i due mondi siano separati da un velo.*

Dunque, ecco che l'antico cabalista, lo scienziato moderno e il più famoso filosofo della storia (Platone) concordano nel dirci che il regno del 99 per cento, per quanto non possa essere percepito dai cinque sensi, è una realtà molto più « reale » e autentica di tutto il nostro mondo fisico. Senza dubbio ci è voluto parecchio perché si raggiungesse un consenso unanime in merito alla natura della realtà.

C'è un ostacolo fastidioso: la nostra incapacità di controllare i momenti in cui entriamo in connessione con il regno del 99 per cento. Accedere a questa dimensione della Luce è, nel migliore dei casi, accidentale e fortuita. In una prospettiva generale, sembra che poche menti nelle varie epoche siano state in grado di entrare in connessione con il regno del 99 per cento per attingere a una saggezza che avrebbe dato una svolta decisiva al destino dell'umanità. Ancora una volta si pensi a Einstein, Newton, Mozart, Mosè, Maometto, Gesù e Abramo.

Sul piano personale, la maggior parte di noi probabilmente, prima di imbattersi in questo libro, non immaginava neppure che esistesse un'altra realtà permeata di gioia, perciò, quando in passato ci è accaduto di entrare in connessione con il regno del 99 per cento - quando abbiamo avuto momenti di intuizione o di ispirazione creativa, quando abbiamo incontrato le persone giuste, abbiamo assistito a un miracolo, o abbiamo avuto idee brillanti ecc. - abbiamo pensato di dover ringraziare soltanto la cara, vecchia dea bendata che ci aveva riservato un trattamento di riguardo. Facciamo fatica a riconoscere ciò che non si può né vedere né toccare.

Mio padre, il cabalista Rabbino Berg, descrive il regno del 99 per cento come una danza sull'orlo della coscienza, come un sogno incantevole che non si riesce a ricordare.

Istanti prima del risveglio c'è un momento cruciale in cui colui che sogna è legato alla dimensione onirica soltanto da un debole filo. Più la persona cerca di tirare quel fragile filo, più rapidamente il tessuto del sogno si disfa e scompare. Quando cerca di riattaccare il filo, il sogno svanisce e la persona deve rassegnarsi alla realtà dello stato di veglia, che è infinitamente inferiore a quella del sogno.

Pensate se potessimo accedere a questo regno a nostro piacimento: avremmo la capacità di controllare ogni evento della nostra vita. Invece di dover fare i conti con sintomi ed effetti, potremmo scoprire le forze nascoste al di là delle circostanze caotiche e degli eventi esasperanti che «improvvisamente » mettono fine alla nostra felicità, lasciando inappagati i nostri desideri più profondi. Avremmo il potere di creare ordine dal caos. Grazie alla Luce del regno del 99 per cento potremmo cancellare ogni forma di oscurità dalla nostra vita. Secondo la Kabbalah questo è l'unico modo per ottenere un vero cambiamento.

Immaginatela in questo modo: se alterate un ramo di un albero, modificherete il ramo. Intervenite su una foglia, e modificherete la foglia. Ma se avete la possibilità di intervenire sul patrimonio genetico racchiuso nel seme, potrete modificare l'albero intero: rami, foglie, frutti... tutto quanto.

Il regno del 99 per cento è il livello del DNA della realtà: il seme. La radice. La causa di tutte le cause.

Inseguendo la nostra ombra

Considerate la seguente analogia: la vostra ombra su un marciapiede offre una versione estremamente limitata del vostro vero sé. Non parla della vostra pelle, dei capelli, del sangue, delle ossa, delle emozioni, dell'immaginazione, dei sentimenti o dei desideri che vi definiscono come individui. Non è che un semplice riflesso bidimensionale della vostra realtà tridimensionale. In questo esempio l'ombra corrisponde al mondo dell'I per cento, mentre il vostro vero sé corrisponde alla dimensione che sta al di là dei cinque sensi, ovvero quella del 99 per cento.

Sareste in grado di muovere il braccio di qualcuno semplicemente toccando la sua ombra sul muro? Assolutamente no. Dovete toccare la fonte, il braccio vero, il 99 per cento. Vi dovete spostare in una dimensione più alta per ottenere dei cambiamenti: muovete il braccio vero e l'ombra risponderà automaticamente!

Noi, però, siamo stati condizionati a focalizzare la nostra consapevolezza sul regno dell'I per cento dell'esistenza, che è come dare la caccia alla propria ombra. La Kabbalah dice che non ne vale la pena. E un esercizio inutile.

Ecco un semplice esperimento che potete provare a casa anche adesso e che dovrebbe rendervi ben chiaro il punto.

Armatevi di carta e penna e scrivete le prime cinque rispo-
ste che vi vengono in mente alla seguente domanda:

Che cosa desidera realmente dalla vita un essere umano?

La Top Ten

Nel corso degli anni questa domanda fu posta a decine di migliaia di persone che studiavano la Kabbalah. Ecco quali risposte furono date più frequentemente:

- Appagamento personale
- Pace mentale
- Liberazione dalla paura e dall'ansia
- Sicurezza economica
- Contentezza
- Amore
- Libertà
- Controllo
- Saggezza
- Felicità
- Salute

È probabile che la vostra lista abbia qualcosa in comune con questa. Osservate che nessuno degli elementi può esse-

re misurato, soppesato o tenuto tra le mani. Non possiamo localizzare su una mappa alcuno di essi né raggiungerlo fisicamente attraverso coordinate geograficamente definite. Nessuna delle cose che la maggior parte di noi desidera ottenere dalla vita è di natura fisica. Nessun elemento della nostra lista si può ritrovare nel regno materiale dell'I per cento, neppure la sicurezza economica (che è uno stato d'animo). Tutto ciò che desideriamo con il cuore è di natura eterea e si può ritrovare *soltanto* nella realtà del 99 per cento.

Dunque, il nostro Terzo Principio Spirituale afferma:

Tutto ciò che un essere umano
desidera veramente dalla vita
è Luce spirituale!

E noi, invece, che cosa facciamo? Per trovare la felicità rincorriamo i beni materiali.

Per capire come funziona questo principio, pensiamo a un bene molto materiale: i soldi. Il vile denaro. Pensate a una persona con un patrimonio di venti milioni di dollari che, nel giro di una notte, perda quindici milioni per colpa di un crollo della Borsa. Confrontatela con un'altra che abbia un patrimonio di ventimila dollari e che, improvvisamente, ne guadagni ottantamila grazie a un'impennata delle sue azioni. Secondo voi chi dei due andrà a letto sentendosi più tranquillo e sicuro dal punto di vista economico? Quello che ha ancora cinque milioni di dollari o quello che possiede solo una piccola parte di quella cifra?

Secondo la Kabbalah ciò che realmente cerchiamo nella vita non sono i beni materiali. Ciò di cui davvero andiamo in cerca è l'energia spirituale che pervade il mondo del 99 per cento.

La ragione del nostro malcontento

Noi ci sentiamo infelici, insoddisfatti, tristi, depressi, sfortunati o ansiosi quando abbiamo l'impressione che l'universo ignori i nostri desideri. Di solito è una qualche forma di caos a far precipitare i nostri desideri inappagati. Malattie; difficoltà economiche; problemi matrimoniali; pressioni sociali. Tutto questo scompiglio si verifica per un motivo soltanto:

Più o meno consapevolmente, ci siamo disconnessi dal regno del 99 per cento.

Invece, quando sappiamo come connetterci a esso, siamo in grado di controllare gli eventi nella nostra vita. Possiamo prevenire e sradicare il caos che provoca la nostra infelicità. Possiamo accendere la Luce e sconfiggere le tenebre.

Entrare in contatto con il regno del *99* per cento è la chiave segreta per raggiungere l'appagamento esistenziale. Ma non è un'impresa facile. Ecco perché gli antichi maestri spirituali della Kabbalah ci hanno offerto gli strumenti e i metodi per andare al di là della nostra esperienza quotidiana. Nelle pagine che seguono scopriremo e spiegheremo in modo molto dettagliato quegli strumenti.

Vi chiedete...

Perché esistono il caos, la sofferenza, il dolore e le malattie se esiste un altro mondo fatto di ordine e di felicità?

Perché esistono questi due regni dell'I e del 99 per cento?

Chi ha creato la realtà in questo modo? E a quale scopo?

Come mai altri sistemi spirituali ci insegnano la saggezza ma, alla fine, la vita non cambia mai veramente?

Perché un velo invisibile separa i nostri desideri dall'appagamento che cerchiamo?

Chi ha appeso quel velo?

In che modo, senza accorgercene, ci disconnettiamo dal regno del 99 per cento?

Da dove nascono i nostri desideri?

Il sapore del tempo

Un indigeno della foresta pluviale non si sveglierà all'improvviso domattina con una voglia pazzesca di un cappuccino con molta schiuma o un Big Mac. I desideri non nascono da soli. Il sapore deve essere già stato assaporato. È impossibile che vi pregustiate l'ennesima visione del *Padrino* se non l'avete mai visto prima.

Ma un eroinomane farà di tutto per un'altra dose. Niente può fermare un alcolista quando sente il bisogno irrefrenabile di bere. Questi impulsi incessanti dipendono dal fatto che si è già sperimentata l'esperienza della droga o dell'alcol, la si è avuta nel sangue. Inoltre le persone che hanno una dipendenza sanno che quella smania può essere soddisfatta e lo « sballo » ri-sperimentato.

Dato che i desideri nascono dall'esperienza e dalla memoria, non è interessante che fin dagli albori dell'umanità gli uomini abbiano incessantemente cercato di raggiungere la felicità eterna? Non importa quante guerre, malattie, carestie, crisi economiche e calamità naturali si abbattano su di noi: continuiamo a rialzarci, incrollabili nella nostra ricerca di un conforto duraturo, di una gioia senza fine e di un eterno benessere.

Quindi è logico che dobbiamo aver già sperimentato in precedenza questo regno del 99 per cento. In qualche recesso della nostra anima noi *sappiamo* di poterci connettere a questa realtà ininterrottamente.

Ricordi

Secondo la Kabbalah la vera sostanza di cui è costituito il corpo umano - gli atomi del nostro sangue, gli elettroni che danno gli impulsi al nostro cervello, gli elementi chimici che compongono i nostri tessuti e le nostre ossa - ha una fonte ben più remota dell'origine del nostro universo fisico. La miriade di desideri, bisogni, impulsi e urgenze che pervadono la nostra mente esiste da prima ancora dell'alba dei tempi. Qualunque siano i desideri che in questo preciso momento si agitano nel vostro cuore, essi in realtà sono ricordi che perdurano nella vostra anima, reminiscenze radicate nella vostra essenza.

La ricerca della felicità non soltanto compare nella Costituzione americana come un inalienabile diritto di ogni cittadino; è anche presente nella matrice stessa del nostro universo. È un diritto ereditario innato dell'umanità.

Ricordate: una quercia non è mai comparsa accidentalmente nel vostro giardino, sbucando da chissà dove. C'era un seme nascosto. Allo stesso modo esiste un seme per i nostri desideri e per l'appagamento che noi cerchiamo così disperatamente.

Ora individueremo questo antico seme e scopriremo lo scopo ultimo della nostra « improvvisa » comparsa nel giardino di questo mondo.

PARTE SECONDA

LA CREAZIONE, IL BIG BANG E LA NATURA DI DIO

La causa di tutte le cause

Sappiate che prima che le emanazioni fossero emanate e il creato fosse creato, la sublime e semplice Luce colmava l'esistenza intera, e non esisteva alcun spazio vuoto.

il cabalista RABBINO ISAAC LURIA, XVI secolo

Per moltissimi secoli rabbini, sacerdoti, scienziati, sciamani, spiritualisti, filosofi e fisici si interrogarono sulle origini del cosmo. Oggi l'establishment scientifico concorda in gran parte sul fatto che circa quindici miliardi di anni fa, l'universo fisico sia « esploso » nell'esistenza attraverso quello che oggi viene chiamato Big Bang. Ma la scienza si ferma qui, lasciando sospesa nel vuoto cosmico la domanda fondamentale:

PERCHE E AVVENUTO IL BIG BANG?

Che cosa l'ha provocato? E in che modo può avere a che fare con la vita nelle grandi città moderne? Per quale motivo dovremmo preoccuparci di qualcosa che è avvenuto più o meno quindici miliardi di anni fa se non sappiamo neppure capire che cosa è andato storto nella nostra vita negli ultimi quindici minuti?

Soltanto gli antichi cabalisti osarono dare una risposta a questi interrogativi fondamentali. Si inoltrarono in un luo-

go in cui nessun altro aveva mai osato avventurarsi... fino a quel misterioso momento che precedette la Creazione del nostro universo!

Tuttavia, prima di risalire il corso del tempo fino a scoprire i più grandi segreti mai rivelati all'umanità, c'è qualcosa che dovete sapere in merito a quei segreti.

La saggezza come Luce

La saggezza spirituale e i concetti che verranno rivelati in queste pagine sono più antichi del tempo stesso. Sono i segreti di tutti i segreti che avvolgono l'origine della nostra anima. Sono i misteri di tutti i misteri. Il beneficio che deriva dalla comprensione delle nostre origini va ben oltre il sapere intellettuale. C'è una dimensione mistica legata alla comprensione della radice della nostra esistenza e cogliere quei principi originali porta un beneficio spirituale. Secondo i maggiori cabalisti tale saggezza rimasta a lungo nascosta rappresenta anche l'essenza della Luce spirituale. Ogni nuova nozione seminata nelle nostre menti dischiude sentieri e portali nel regno del 99 per cento attraverso i quali l'energia positiva colma il nostro essere. Lo studio della Kabbalah libera il potenziale nascosto, permettendoci di cogliere e percepire cose che non avevamo mai visto prima. Quando voi - grazie alla lettura di queste pagine - riuscite ad afferrare un nuovo principio o una nuova idea, o a fare vostra una nuova forma di saggezza, nella vostra anima si accende e risplende un'altra candela. Ciò significa che la vostra vita andrà un po' meglio, sarà un po' più luminosa. Sì, accade proprio così, semplicemente così.

Le menti più brillanti della storia - tra cui Pitagora, Platone, Newton e Leibniz - esplorarono la saggezza nascosta della Kabbalah e ne furono profondamente influenzate. Lo scopo dello studio della Kabbalah e dei misteri delle nostre origini non è soltanto quello di ampliare il nostro sape-

re, ma anche di trasformarci in persone più pure, più illuminate e appagate.

Per favore, non aspettatevi e non accontentatevi di qualcosa di meno.

Scostare il velo

Oggi, avendo accettato la meccanica quantistica, la relatività e altre teorie scientifiche all'avanguardia, è chiaro che finalmente la scienza si sta riallineando con la Kabbalah. Come avremo modo di scoprire in questo libro, quei punti di vista scientifici presentano notevoli somiglianze con le speculazioni cosmologiche degli antichi cabalisti. Tuttavia, esiste anche una differenza fondamentale: la scienza si limita a indagare come funziona il mondo, la Kabbalah invece si pone l'interrogativo essenziale: perché?

Perché il mondo esiste?

Perché siamo qui?

Perché la mia vita è fatta così?

Se vi siete posti queste domande quando l'esistenza vi ha messo di fronte a sfide difficili, avete un buon motivo per leggere questo capitolo.

Stiamo per dare una sbirciatina dietro il velo e scoprire che cosa c'è davvero dall'altra parte della realtà. Siete pronti? Si parte:

prima del pianeta Terra...

prima dell'universo...

prima del Big Bang-fino a risalire alla

causa di tutte le cause...

C'era una volta, ancora prima dell'esistenza del concetto stesso di tempo, una sola e semplice realtà...

ENERGIA.

L'Energia

Sì! Prima ancora che il tempo stesso avesse inizio, esisteva un'Energia infinita. Tale forza si estendeva senza limiti, riempiendo l'eternità, espandendosi nell'infinito al di là del tempo, dello spazio, del moto. Secondo la Kabbalah questa Energia sconfinata era l'unica realtà. Non c'era nient'altro. Niente. Soltanto una pura e infinita forza di quiete che pervadeva tutto.

La natura di tale forza

Quell'Energia aveva un'unica essenza, una sola volontà, quella di:

condividere infinitamente;

impartire continuamente;

dare senza fine;

donare eternamente.

Il che porta alla domanda: *condividere che cosa?*

La risposta è: *se stessa!*

La natura di questa Energia era di condividere *l'essenza di se stessa.*

In cosa consiste la forza

L'essenza e la sostanza di questa Energia era un appagamento infinito, una gioia sconfinata e un'illuminazione senza limiti. L'Energia è fatta di tutte le possibili forme di piacere.

Tutto ciò che abbiamo mai desiderato, e molto di più, è incluso in essa:

- Appagamento personale
- Pace mentale
- Liberazione dalla paura e dall'ansia
- Sicurezza economica
- Contentezza
- Amore
- Libertà
- Controllo
- Saggezza
- Felicità
- Salute

Ogni cosa positiva che si opponga alla forza del caos, tutto ciò che è l'antitesi della sofferenza e del dolore, qualunque cosa generi appagamento, piacere e passione... tutto ciò era incluso in quella Energia sconfinata.

Nella Kabbalah questa Energia in costante espansione di dare e condividere è chiamata la Causa Prima.

Il tango si balla in due

Il concetto di dare e condividere presuppone due parti consenzienti. In fondo, se non c'è qualcuno con cui condividere qualcosa, come potrebbe avvenire la condivisione? Se non c'è qualcuno che desidera ricevere il dono, come si potrebbe donare?

Immaginate una vecchia signora che aspetta all'angolo di un incrocio trafficato. Un passante si offre di aiutarla ad attraversare la strada. Lei educatamente rifiuta. Lui ci riprova. Lei di nuovo rifiuta, ora leggermente infastidita da quell'insistenza. Perché è infastidita? Perché non ha alcuna intenzione di attraversare la strada: è ferma all'incrocio perché sta aspettando l'autobus.

Anche se il nostro passante desiderava « dare », la cosa era impossibile perché la signora non desiderava ricevere ciò che lui le stava offrendo. Perché accada la condivisione o l'atto di dare *deve esistere un destinatario, un ricevente desideroso, un desiderio di entrare in possesso dell'offerta.*

Il Vaso

Per appagare la sua natura generosa, la forza senza fine dell'Energia creò un ricevente - nella Kabbalah è chiamato Vaso - con il quale condividere la sua essenza. Potete pensare a una coppa piena d'acqua. L'acqua dentro alla coppa corrisponde all'Energia. La coppa corrisponde al Vaso che riceve e contiene l'Energia. Il Vaso, però, non era un'entità fisica, bensì una forza, un'essenza intelligente e immateriale.

La natura del Vaso era un infinito *Desiderio di Ricevere.* In altre parole, per qualunque forma di appagamento e di gioia che venisse emanata dall'Energia, esisteva un corrispettivo desiderio di ricevere da parte del Vaso.

Dal momento che quell'Energia racchiudeva in sé un'infinita varietà di forme di appagamento, il Vaso consisteva in Infiniti Desideri di Ricevere.

In termini più prosaici, se quella forza avesse emanato energia sessuale, nel Vaso sarebbe sorta un'intensa bramosia sessuale. Se nell'Energia fosse stata racchiusa una scatola di cioccolatini, nel Vaso sarebbe scaturito un insaziabile desiderio di dolci e di cioccolato. Se nella Luce ci fosse stata una montagna di lingotti d'oro, nel Vaso si sarebbe risvegliata la brama di ricchezza.

Poiché tale Energia viene definita la Causa Prima, il Vaso è propriamente definito il Primo Effetto.

Dunque ci troviamo di fronte a un'infinita Energia e a un infinito Vaso. Causa ed effetto. Condividere e ricevere. Pura perfezione. Gioia inimmaginabile.

Dio e l'umanità

Torniamo per un momento alla nostra realtà. Probabilmente avete già capito che il Vaso è la nostra radice, il nostro seme, la nostra origine, la nostra sorgente. Di fatto tutte le anime dell'umanità, passate e presenti, erano contenute nel Vaso. Proprio come il corpo umano è costituito da miliardi di cellule, così il Vaso è composto da miliardi di anime. In un certo senso sia voi che io eravamo le singole cellule del Vaso.

Nel corso delle varie ere, l'infinita forza dell'Energia è stata chiamata in molti modi: Dio, Signore dell'Universo, Divino Creatore e così via. Gli antichi cabalisti si riferivano a questa Energia servendosi del termine *Luce.* Perché *Luce?*

- Come la luce del sole in un istante si espande e illumina uno spazio buio da questa parte del velo, così la Luce si espande e illumina l'eternità dall'altra parte del velo.

- Come un singolo raggio di luce racchiude tutti i colori dell'arcobaleno, così la Luce racchiude tutti i colori del l'appagamento.

Questa Luce che risplende così intensamente al di là del velo è la fonte e l'essenza di ogni genere di appagamento cui aspiriamo. Ogni nostra attività, in realtà, non è che una ricerca della Luce che si manifesta in moltissimi modi: rela-

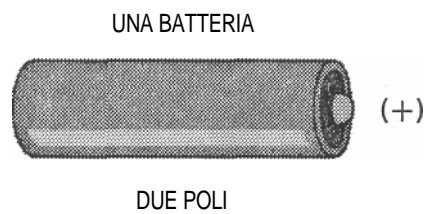
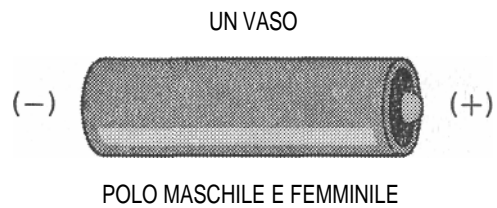
zioni appaganti, successi in campo professionale e nel privato, una felice vita famigliare, la serenità, la tranquillità finanziaria, il sapere, la saggezza e tutte le altre mete che ci prefiggiamo rincorrendo la felicità.

È questa la Luce che brilla e illumina il 99 per cento.

La Luce

La Luce non è Dio, ma un'energia che proviene da Dio. Pensate alla luce del sole. I fotoni che ricadono sulla Terra non sono la fonte e l'essenza dell'infuocata massa solare che ci dona la vita da una distanza di quasi centocinquanta milioni di chilometri. Allo stesso modo, la Luce in realtà non è il Creatore, quanto piuttosto i Suoi attributi positivi e l'energia irradiata dal Suo nucleo. Per dirla con parole ancora più semplici, come non possiamo toccare la fornace nucleare che è il nostro sole, così la mente umana non è in grado di abbracciare il concetto della totalità di Dio. Dunque non ha molto senso riflettere sulla sorgente dell'infinito quando non riusciamo veramente ad afferrare e a fare nostro il concetto stesso di infinito. Ci basta sapere che la gioia e l'appagamento senza fine che la Luce ci dona soddisferanno completamente qualsiasi desiderio umano.

La struttura del Vaso

Il Vaso infinito era composto da due parti: un'energia maschile e una femminile, come il polo positivo e negativo di una batteria.

Adamo ed Eva

La Kabbalah ci insegna che quelle due energie prendono il nome in codice di Adamo ed Eva. Adamo ed Eva non erano semplicemente due persone nel Giardino dell'Eden. (Circa duemila anni fa un grande maestro cabalista, il Rabbino Simeon ben Yochai, dichiarava che è folle interpretare la Bibbia in senso letterale... sono parole sue, non mie.) Le parole Adamo ed Eva si riferiscono al polo maschile e femminile dell'unico Vaso.

Si tratta di un codice

I cabalisti capiscono che l'intera Bibbia è un codice e come ogni codice complesso richiede di essere decifrata e compresa a un livello più profondo. È un po' come la musica. Provate a sentire le emozioni di un compositore guardando semplicemente lo spartito: a meno che voi stessi siate dei brillanti musicisti, non ci riuscirete. Dovete ascoltare la melodia e l'interpretazione per poter veramente apprezzare il brano. La Kabbalah è lo strumento del nostro universo che suona il brano della Creazione. La Bibbia è lo spartito.

La scienza si basa su idee simili. Un fisico non si limiterebbe mai all'aspetto esteriore di un roccia per scoprire la vera natura della sua realtà a livello di atomi, protoni, elettroni e neutroni.

Anche nella Bibbia esiste un livello subatomico, ben al di sotto della superficie testuale. In realtà il motivo principale dell'ostilità tra scienza e religione e del fatto che quest'ultima non è stata in grado di appagare i desideri dell'intera umanità è che abbiamo interpretato la Bibbia in modo letterale. Per quanto riguarda la nostra comprensione del suo livello subatomico siamo rimasti all'Età della Pietra. Quel livello è chiamato Kabbalah. A quel livello scopriamo che il nome in codice *Adamo ed Eva* in realtà è il nome del Vaso, che è essenzialmente un'infinita forza consapevole nota come il Desiderio di Ricevere.

Un unico atto di Creazione

La creazione del Vaso - ovvero il Desiderio di Ricevere - è l'unica vera creazione che sia mai avvenuta. Punto. Nessun'altra entità fu creata. Nessun altro mondo venne alla luce partendo da zero. L'unica cosa che sia mai venuta all'esistenza *ex nihilo* fu il Desiderio di Ricevere tutto ciò che la Luce aveva da offrire.

Quest'unico atto di creazione si verificò *prima* dell'origine del nostro universo. All'interno di quest'unico atto, tuttavia, esistono innumerevoli fasi complesse che gli antichi testi cabalistici hanno fatto conoscere attraverso commenti, metafore, parabole e altre espressioni criptiche. Lo studio di queste fasi richiede molti anni perciò in queste pagine troverete un'interpretazione riassuntiva.

Il fatto che la Luce avesse condiviso la sua essenza con il Vaso portò a una profonda unione. In termini cabalistici questa unione è chiamata...

Il Mondo Senza Fine

Se potessimo davvero cogliere il Mondo Senza Fine mentre sbirciamo dall'altra parte del velo, non saremmo in grado di distinguere la Luce dal Vaso.

Immaginatevi di ricavare una coppa da un blocco di ghiaccio. Poi immaginate di versarvi dell'acqua. La coppa è il ricevente: il Vaso. L'acqua è il donatore: la Luce. L'acqua colma la coppa così come la Luce colma il Vaso, ma nella loro essenza più profonda sia l'acqua sia la coppa sono H_2O. Una sola essenza ma due forme. I concetti di condividere e di ricevere appartengono al regno dell'H_2O. Una realtà ma due intelligenze. A questo livello molecolare sono indistinguibili.

Il Mondo Senza Fine opera in modo simile. È assoluta perfezione: la Luce si fonde con il Vaso. La manifestazione estrema dell'atto di condividere e di ricevere. Unione. Armonia. L'appagamento di dare e ricevere senza fine.

La domanda da un milione di dollari

Che cos'è successo? Dov'è questo Mondo Senza Fine?

Come abbiamo fatto a finire qui, in questa esistenza così problematica?

Perché siamo intrappolati da questa parte del velo, dove tutto è buio e pericoloso?

Se nel Mondo Senza Fine tutto era armonioso e perfetto, perché ci ritroviamo a leggere questo libro in un mondo così confuso e imperfetto?

Se siamo parte del Vaso, perché dobbiamo provare così tanto dolore?

Dove sono la Luce, la gioia infinita, la felicità senza fine?

Il DNA di Dio

Pensate a un bicchiere vuoto. Che cosa succede quando lo riempite di acqua calda? Anche il bicchiere si riscalda. Nel Mondo Senza Fine è accaduta più o meno la stessa cosa: mentre la Luce riempiva il Vaso, gli trasmetteva i suoi attributi. Potremmo addirittura dire che il Vaso ereditò la natura del suo Creatore, cioè il potere di creare appagamento, condividere appagamento e giocare un ruolo effettivo nel continuo processo di Creazione.

Il gene di Dio: la nascita di un nuovo desiderio

Dal momento che il Vaso ereditò la natura della Luce, in esso sorse un nuovo desiderio: l'urgenza di esprimere quello che potremmo definire il DNA del Creatore. Per la precisione il Vaso desiderava:

- Essere la causa della propria felicità.
- Essere il *creatore* del proprio appagamento.
- *Condividere* l'appagamento.
- Avere il *controllo* della propria esistenza.

Ma poiché il Vaso non poteva esprimere i « geni del suo Creatore » non poté più sperimentare l'appagamento assoluto. C'era un unico desiderio che restava insoddisfatto ed era un problema. E non da poco! L'appagamento assoluto, infatti, era la ragione stessa per cui il Vaso era stato creato.

Per scoprire che cosa accade nella fase successiva della Creazione, lasciamo ricadere il velo sul regno del 99 per cento e rivolgiamo la nostra attenzione a una partita di baseball tra ragazzini che si sta svolgendo su un campo assolato in una tiepida giornata di primavera.

Il campo dei sogni

Bobby ha nove anni. È il lanciatore della sua squadra di baseball. Se oggi dovesse esprimere il suo più grande desiderio, sarebbe quello di giocare una partita che riempia di orgoglio e gioia i suoi genitori! E oggi Bobby ha la sua occasione perché l'allenatore ha scelto lui per il lancio d'inizio, e il ragazzino non lo delude: *fa* un lancio imprendibile e stabilisce anche un record nel mettere fuori gioco i suoi avversari.

Dopo l'ultimo lancio i suoi compagni di squadra fanno invasione di campo, lo sollevano di peso e lo portano esultanti in trionfo in giro per il campo. Bobby guarda i suoi genitori raggianti sugli spalti. Le emozioni che questo ragazzino prova sono indescrivibili.

Dopo la partita Bobby scopre qualcosa di scioccante. A quanto pare suo papà si era messo d'accordo con entrambi gli allenatori e le due squadre affinché suo figlio facesse la figura del campione. Era il compleanno di Bobby e il padre voleva regalargli una giornata speciale. Era tutto già deciso, dal lancio iniziale alla fine della partita. Gli abbracci e le urla festose dei suoi compagni erano soltanto una messinscena. E tutto perché papà voleva fargli provare quelle gioiose sensazioni di vittoria e di successo.

Come si sente Bobby adesso?

Pensateci per un momento.

Il Pane della Vergogna

La Kabbalah chiama *Pane detta Vergogna* quelle orribili sensazioni che il piccolo Bobby sta provando. È una definizione coniata dagli antichi cabalisti per descrivere tutte le emozioni negative che accompagnano una fortuna che non ci si è guadagnati. Per esempio, si dice che mangi il Pane della Vergogna quell'uomo che è costretto ad accettare la carità dagli altri. In lui c'è il profondo desiderio di guadagnarsi il denaro che gli serve per il pane. Desidera disperatamente riuscire a sfamarsi e a badare a se stesso senza dipendere dalla generosità altrui.

L'unica cosa che manca

Nel Mondo Senza Fine il Vaso aveva tutto tranne una cosa: la capacità di conquistare ed essere la causa del proprio appagamento!

Il Pane della Vergogna, dunque, impediva al Vaso di provare la felicità assoluta.

Tale situazione sicuramente non era nell'intento o nel progetto sotteso alla Creazione.

Non c'era che una soluzione: eliminare il Pane della Vergogna.

Ma come?

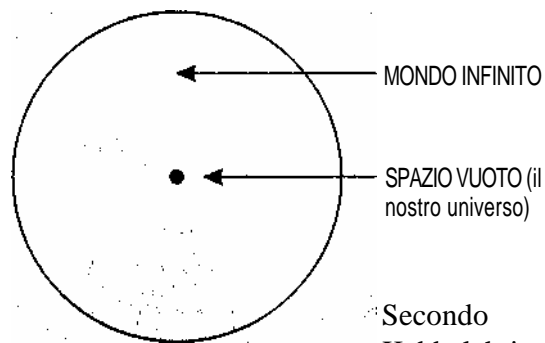
Il dilemma

Fintanto che il Vaso si limitava a ricevere, rimaneva infelice. Dunque che cosa poteva fare per eliminare quelle orribili sensazioni chiamate il Pane della Vergogna? Condividere era impensabile perché non c'era qualcuno con cui farlo. Nel Mondo Senza Fine esistevano soltanto la Luce e il Vaso in unione perfetta. Il Vaso non avrebbe potuto condividere con la Luce? Un'idea encomiabile, peccato che la Luce non avesse alcun desiderio di ricevere. La Luce è di per sé una condivisione senza limiti di energia.

La soluzione:

IL VASO SMISE
DI RICEVERE LA LUCE!

Resistenza

Gli antichi cabalisti chiamarono *Resistenza* l'atto di respingere la Luce compiuto dal Vaso. Incontreremo ancora questa parola dunque, per favore, tenetela a mente. Nel momento in cui il Vaso impedì alla Luce di colmarlo, essa si ritrasse e creò uno spazio vuoto. La Luce si contrasse creando nel Mondo Senza Fine un punto di oscurità. L'infinito aveva dato origine al finito.

Secondo la Kabbalah i concetti di tempo e spazio come li intendiamo noi ebbero origine da un evento cataclismico... il cui boato riecheggia tuttora.

Gli scienziati hanno individuato l'eco cosmica di questa esplosione, e le hanno dato un nome... il *Big Bangi*

Il Big Bang

L'idea che gli antichi cabalisti abbiano compreso che il nostro universo ha avuto origine da una grande esplosione è a dir poco affascinante.

Quel Big Bang in realtà fu confermato soltanto pochi anni fa dal satellite COBE della NASA. I quotidiani e i notiziari di tutto il mondo diedero grande enfasi a questa scoperta. Stephen Hawking, il fisico di fama mondiale, la definì la scoperta del secolo. L'astrofisico George Smooth disse che fu come « guardare Dio ». In realtà bisognerebbe dire che fu come guardare il primo tentativo da parte del Vaso di eliminare il Pane della Vergogna.

La scienza, troppo concentrata sui *come* della realtà fisica, non ha gli strumenti per comprendere il significato spirituale del *perché* il Big Bang c'è stato. Eppure, è interessante confrontare il modo in cui l'antica Kabbalah e i fisici del XX secolo descrivono l'origine del nostro universo. Le analogie sono notevoli.

La scienza moderna

Circa quindici miliardi di anni fa, prima che si formasse l'universo, non esisteva niente. Né tempo né spazio. L'universo ebbe origine in un punto preciso. Quel punto era circondato dal nulla assoluto. Non aveva ampiezza né profondità né estensione. Questo puntino conteneva tutto lo spazio, il tempo e la materia. Esso esplose con una forza inimmaginabile espandendosi come una bolla alla velocità della luce. Questa energia, alla fine, si raffreddò e si conglomerò in materia: stelle, galassie e pianeti.

L'universo fu originato dal nulla da un unico punto di luce. Questo nulla è chiamato il Mondo Senza Fine. Il Mondo Senza Fine era colmo di Luce infinita. La Luce poi si contrasse in un unico punto originando uno spazio primordiale. Al di là di questo punto non si conosce nulla. Dunque tale punto è chiamato l'inizio. Dopo essersi contratto, il Mondo Senza Fine emanò un raggio di luce. Questo raggio, poi, si espanse. Tutta la materia ebbe origine da quel punto.

il cabalista RABBINO ISAAC LURIA, XIV secolo

E, a proposito, in base ai calcoli dello *Zohar, anche* l'evento sopra descritto si verificò circa quindici miliardi di anni fa.

La nascita di un universo

Come un genitore amorevole non interviene e lascia che il bambino cada affinché alla fine impari a camminare, così la Luce si ritrasse nel momento in cui il Vaso disse: « Grazie, ma adesso basta. Vorrei imparare a creare e condividere un po' di Luce con le mie sole forze ».

Trattenendo la propria emanazione per creare un punto di vuoto, la Luce diede al Vaso il tempo e lo spazio in cui fare evolvere la propria natura divina attraverso la ricerca della Luce.

Quel microscopico punto di vuoto, quel neonato granello di spazio e di tempo dato al Vaso è il nostro universo fisico, sconfinato e pieno di stelle.

Lo stupore di scienziati e studiosi

H fatto che la scienza abbia confermato ciò che i cabalisti sapevano già da molto tempo sulla Creazione ci riempie di stupore, eppure, come abbiamo già avuto modo di capire, non dovrebbe. Dopotutto, le teorie cabalistiche hanno trovato conferma anche in campo medico. Per esempio, circa venti secoli fa, lo *Zohar* accennava ai pericoli connessi all'ostruzione arteriosa, alle placche arteriosclerotiche e al colesterolo in relazione all'origine dei disturbi cardiaci, mentre la medicina moderna è giunta alle medesime conclusioni solamente negli ultimi sessant'anni.

Lo *Zohar* ha anche parlato di buchi neri nel cosmo e di universi paralleli. Ha descritto la Terra come una sfera con differenti zone temporali circa milleseicento anni prima che la scienza giungesse alla conclusione che il nostro pianeta non era piatto come un'asse da stiro.

I moderni studiosi e scienziati rimangono molto affascinati quando si imbattono in tali speculazioni racchiuse negli scritti dello *Zohar*. Il professor Amir Aczel - matematico e fisico di fama internazionale, nonché autore di best seller - fu molto colpito dalla prospettiva cabalistica sulle origini dell'universo. Aczel dichiara:

> *Come scienziato trovai estremamente entusiasmante scoprire nel corso della mia ricerca che tra la fisica e la Kab-*

balah esiste una stupefacente somiglianza nella descrizione dell'universo e della sua creazione!

L'astrofisico Bernard Haisch è il direttore del California Institute for Physics and Astrophysics. La sua ricerca scientifica lo ha portato a concludere che tutto il nostro mondo fisico sembra essere costantemente sostenuto da un mare di luce quantica. A suo parere « Sia la luce! » è un'affermazione di estrema profondità. Haisch dichiara:

Ciò che mi colpisce di più in merito all'origine dell'universo descritta dalla Kabbalah è l'enfasi data alla luce. Questo mi fa venire in mente il mare universale di luce quantica che viene definito campo elettromagnetico punto zero. Studi recenti hanno scoperto la possibilità che esista una connessione tra questo campo e alcune delle proprietà fondamentali della materia necessarie alla sussistenza dell'universo fisico quali l'inerzia, la gravitazione e la stabilità degli atomi.

Il professor Brace Chilton è docente di religione presso il Bard College, è studioso della Bibbia, sacerdote episcopale e scrittore di grande successo. Ha scritto diffusamente sulla figura storica di Gesù e sul suo legame con gli insegnamenti della Kabbalah. In merito alla descrizione della Creazione offerta dalla Kabbalah e dagli scienziati, il professor Chilton dichiara:

Riconoscere la luce come l'atto originano della, creazione è un'intuizione antica quanto il libro della Genesi, e fisici come Stephen Hawking ci ricordano che ciò che è antico è anche attuale. Ma la tangenzialità tra scienza e Kabba-

lah, per quanto significativa, può dirsi completa solo nel momento in cui ci si rende conto che la Luce che è la nostra origine, è anche la fonte del nostro respiro nonché il nostro fine ultimo.

PARTE TERZA
IL PUZZLE DELLA CREAZIONE
E LA TEORIA DELLA REATTIVITÀ

L'Inventapuzzle

C'era una volta un vecchio e gentile Inventapuzzle dotato di poteri magici. La sua gioia più grande nasceva dal creare bellissimi puzzle per i bambini che vivevano nel suo quartiere. Ma i suoi non erano puzzle normali. Avevano poteri magici: quando l'ultima tessera veniva inserita, le immagini irradiavano una luce intensa che colmava di gioia i bambini. Loro non dovevano fare altro che guardarle. Nulla di più. Era ancor meglio che mangiare diecimila biscotti o diecimila gelati.

Un bel giorno l'Inventapuzzle superò se stesso. Dipinse il suo quadro più bello servendosi di colori screziati di polvere di stelle e pennelli speciali con i manici d'oro. Era così entusiasta della sua creazione che decise di non spezzettarla nelle piccole tessere del puzzle: voleva che i bambini sperimentassero subito tutta la magia.

Quando finì di impacchettare il quadro entrò nel suo negozio un bambino, ansioso di vedere l'ultima creazione dell'Inventapuzzle. Entusiasta, l'uomo gli porse il quadro impacchettato. L'espressione luminosa del bambino sembrò svanire all'istante. Il suo viso si fece un po' triste. Ovviamente qualcosa lo aveva deluso. L'Inventapuzzle gli chiese: « Che cosa c'è che non va? » // bambino spiegò che il vero divertimento stava proprio nel ricostruire il puzzle. L'uomo capì subito e, con lo stesso amore e la stessa cura che aveva messo nel creare l'immagine, tagliò e

spezzettò il quadro. Poi sparpagliò delicatamente le varie tessere nella scatola e infine diede ai bambini ciò che veramente desideravano più di ogni altra cosa: la gioia e la soddisfazione di assemblare da soli i puzzle magici.

Per dare al Vaso l'opportunità di crearsi da solo il proprio appagamento, il Mondo Senza Fine fu spezzettato e trasformato in un puzzle. Permettendo al Vaso di riassemblare il puzzle della Creazione, noi - il Vaso - diventiamo artefici del nostro appagamento e la causa della nostra gioia, appagando in questo modo il nostro desiderio e il nostro bisogno più profondo.

Oltre a tutte quelle tessere di puzzle era necessario un altro elemento essenziale affinché il Vaso potesse realmente trasformarsi in un creatore di Luce...

li potere dell'oscurità

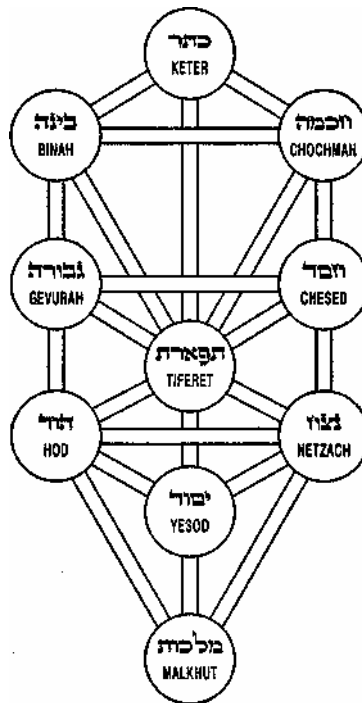
Una candela accesa sullo sfondo di una luminosa giornata di sole sembra non emettere alcuna luce, ma in uno stadio buio perfino una singola candela è visibile nitidamente. Allo stesso modo il Vaso non riusciva a creare e a condividere in un regno che già irradiava Luce: era essenziale che nascesse una zona di oscurità per far sì che ci trasformassimo da entità riceventi passive in esseri che davvero sanno guadagnarsi e creare la propria Luce e il proprio appagamento.

È naturale domandarsi: ma allora come ha fatto la Luce a nascondersi?

Un velo a dieci dimensioni

Per nascondere la Luce splendente del Mondo Senza Fine - e creare quel minuscolo puntino in cui sarebbe stato generato il nostro universo - furono innalzati dieci veli. Gradualmente, di velo in velo, l'intensità della Luce fu schermata, fino a trasformarsi in semioscurità.

Questi dieci veli diedero origine a dieci diverse dimensioni che in ebraico sono chiamate le *Dieci Sefirot.*

Le Dieci Sefirot

Keter, la dimensione più elevata, rappresenta il regno più splendente della Luce, il più vicino al Mondo Senza Fine. *Malkhut,* situata nella posizione più bassa, rappresenta la dimensione più oscura, il nostro universo fisico.

L'unico residuo di Luce nel nostro universo oscuro è una « luce pilota » che ci permette di esistere. Tale « luce pilota » è la forza vitale dell'umanità. La forza che genera le stelle, alimenta i soli e mette in moto ogni cosa: dal battito del cuore al turbinio delle galassie fino agli operosi formicai.

Smontare il puzzle

Un puzzle può definirsi tale soltanto se esiste uno *spazio tra* i singoli pezzi e un *tempo* per riassemblarli.

Il Mondo Senza Fine è un regno in cui lo spazio e il tempo non esistono. Perciò la Luce doveva crearli. Ciò accadde automaticamente nel momento in cui la Luce fu offuscata dai dieci veli.

Schermare la Luce significò oscurare i suoi attributi essenziali:

- Se da una parte del velo esiste la Luce, dall'altra deve materializzarsi l'oscurità.

- Allo stesso modo se è l'assenza di tempo la realtà esistente da un lato del velo, dall'altro si viene a creare l'illusione del tempo.

- Se da un lato del velo c'è un ordine perfetto, nell'altra dimensione regna il caos.

- Se da una parte del velo ci sono interezza e assoluta armonia, allora dall'altra esisteranno lo spazio e le leggi della fisica.

- Se da un lato del velo Dio è una realtà manifesta e una verità, dall'altro l'assenza di Dio e l'ateismo saranno la

realtà (gli atei dunque avrebbero ragione nel dichiarare che non esiste un'entità che possa chiamarsi Dio. Tuttavia, l'unico scopo dell'umanità in questo mondo è trascendere il regno dell'I per cento e scoprire una verità più alta, che è poi l'argomento di questo libro.)

Cominciate a cogliere il disegno? Benvenuti in questo mondo fatto di oscurità e disordine!

L'inganno dell'oscurità

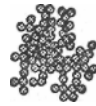
Anche se brancoliamo nel buio e nel caos di questo mondo fisico, non dobbiamo disperare perché, in realtà, la Luce c'è *ancora.* Se coprite una lampada con degli strati di vestiti alla fine nella stanza ci sarà buio, eppure la luce risplende *ancora* come prima. La sua intensità non è mai diminuita, l'unica differenza è data dagli strati di tessuto che la ricoprono. La Kabbalah ci insegna a rimuovere progressivamente quegli strati, a riassemblare il puzzle della Creazione e portare ancora più Luce nella nostra vita.

Adamo e l'atomo:
partner nella creazione

Nel corso di un processo la cui descrizione esula dagli intenti di questo libro, il Vaso infinito si ruppe in due forze distinte di energia spirituale: il principio maschile, chiamato Adamo, e quello femminile, chiamato Eva.

Questi due segmenti in seguito si frantumarono in innumerevoli pezzi creando anime maschili e femminili. Le scintille più piccole crearono il mondo animale. Quelle ancora più piccole andarono a costituire il regno vegetale e così via fino ai frammenti di materia ed energia che costituiscono il cosmo. Dagli atomi alle zebre, dai microbi ai musicisti, tutto ciò che esiste è una parte del Vaso originale.

Adamo era diventato atomo. O, per essere più precisi, Adamo diventò il protone di un atomo mentre Eva si trasformò nell'elettrone. Questi sono i principi dell'energia maschile e femminile che animano il nostro universo.

Tutte le anime appartenevano a quella prima, infinita Anima primordiale che si frantumò.

Dunque, secondo la Kabbalah, tutto nell'universo è permeato di una propria scintilla di Luce, di una propria forza vitale. Ciò significa che anche gli oggetti inanimati hanno un'anima? Una roccia ha un'anima? La riposta è sì! L'unica differenza tra l'anima di una roccia e quella di un rocciatore è il grado e l'intensità del loro desiderio di ricevere la Luce.

Più un'entità desidera e riceve la Luce, maggiore sarà il suo grado di intelligenza e consapevolezza di sé. Un essere umano è più intelligente e consapevole di una formica e una formica è più intelligente e consapevole di una roccia.

Anime che interagiscono

Poiché il Vaso si ruppe, ogni singola scintilla spirituale ora dispone di qualcuno con cui condividere e con cui interagire per compiere il processo di creazione della Luce e riassemblare il puzzle.

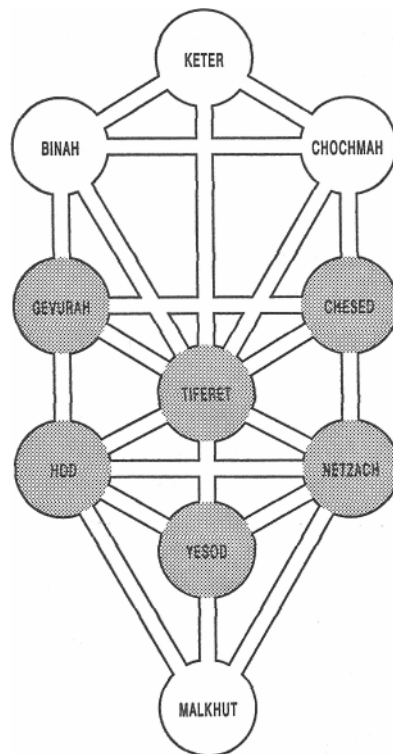
Dunque ora sapete chi siete realmente: una scintilla del Vaso originario che andò in pezzi. E lo stesso vale tanto per il vostro miglior amico quanto per il vostro peggior nemico. E perfino per le piante che avete in giardino!

Adesso sapete anche che la vostra vera essenza, la sostanza di cui siete fatti è il *desiderio.* Voi desiderate la Luce. In altre parole voi desiderate felicità, saggezza, divertimento, appagamento, serenità, benessere e il piacere in ogni sua forma. Tutti questi elementi della Luce vennero nascosti affinché poteste diventare la *causa* dell'illuminazione.

Prima di rivelare in che modo ci trasformiamo nella causa effettiva della nostra Luce, è necessario parlare di una fase della Creazione più importante, in quanto ci spiega chiaramente dove si trova questa Luce e come averne accesso a nostro piacimento.

Le contrazioni del travaglio

Nel preciso istante in cui il Vaso si ruppe le Dieci Sefirot ebbero un'improvvisa contrazione per predisporre la nascita del nostro universo.

Sei delle dieci dimensioni si raggrupparono in una sola e, nel loro insieme, prendono il nome di Mondo Superiore.

Secondo la Kabbalah, quella contrazione è il segreto cabalistico che si cela dietro la frase *i Sei giorni della Creazione.* E, in effetti, perché un Creatore onnipotente avrebbe avuto bisogno di una certa quantità di tempo per creare un universo? Dio dovrebbe riuscirci in un nanosecondo!

La Kabbalah è d'accordo. I sei giorni della Creazione non avevano nulla a che vedere con il nostro concetto di tempo, ma erano un'espressione in codice per indicare il raggruppamento delle sei dimensioni in una sola.

La scienza incontra la Kabbalah

Duemila anni dopo che gli antichi cabalisti rivelarono che la realtà si suddivide in dieci dimensioni - e che sei di esse si sono raggruppate in una - i fisici arrivarono alle stesse conclusioni e concepirono la *Teoria delle super stringhe.*

In base a questa teoria il nostro universo sarebbe costituito da piccoli cicli di vibrazioni. Vibrazioni diverse creano diverse particelle di materia.

Brian Greene, uno dei padri della Teoria delle superstringhe, la descrive nel suo libro *L'universo Elegante: Superstringhe, dimensioni nascoste e la ricerca della teoria ultima:*

> *[...] come i diversi modi di vibrazione di una corda di violino danno origine alle varie note musicali, così diversi modi di vibrazione di una stringa fondamentale danno origine a vane masse e vane cariche di gauge (cioè quelle associate alle varie forze). [...] l'universo può avere anche dimensioni aggiuntive, strettamente arrotolate in un piccolo spazio, così piccolo da essere sfuggito finora ai più raffinati apparati sperimentali.*

Si scopre che il numero di dimensioni richiesto affinché la teoria stia in piedi (10) e il numero di dimensioni che si sono arrotolate e compattificate in una (6), corrispondono perfettamente alle cifre riportate dagli antichi cabalisti.

Il professor Michio Kaku è un'autorità a livello internazionale nella fisica teorica e un importante fautore della Teoria delle superstringhe. Nel suo libro *Iperspazio* scrive:

> *L'Universo è una sinfonia di stringhe vibranti. Quando entrano in uno spazio-tempo a dieci dimensioni, esse modificano la realtà spazio-temporale che le circonda con una dinamica del tutto conforme alla relatività generale [...] Al momento del Big Bang sei delle dieci dimensioni si arrotolarono su se stesse (o si « compattificarono ») in una sorta di piccolo gomitolo, mentre le restanti quattro nel corso dell'esplosione si espansero dando vita all'Universo che conosciamo.*

Il professor Kaku ha commentato l'impatto di questa nuova (o vecchia) idea sulla comunità scientifica. « Per i suoi sostenitori affermare che l'Universo ha avuto origine in dieci dimensioni introduce un sorprendente, nuovo regno di vertiginosa matematica nel mondo della fisica», commentava. « Per i suoi detrattori si rasenta la fantascienza. »

Il professor Kaku è sorpreso dalle affascinanti analogie che esistono tra la Kabbalah e la Teoria delle superstringhe. « È vagamente inquietante che i numeri magici della fisica e la teoria unificata di campo si ritrovino nella Kabbalah! »

Una scienza pratica

Dove ci portano tutte queste interessanti chiacchiere scientifico-cabalistiche? Che cosa c'entrano gli eventi che accadono nella nostra vita con un'esplosione avvenuta circa quindici miliardi di anni fa? Che cosa ci può importare del fatto che l'universo abbia dieci dimensioni o ne abbia cinquanta? Che cosa c'entra il Pane della Vergogna con lo stress che viviamo quotidianamente? Molti rabbini, studiosi e scienziati si sono accorti delle profonde analogie che esistono tra la Kabbalah, il Big Bang e la Teoria delle superstringhe. E allora?! In che modo ciò può influire sulle nostre paure, fobie e sul nostro desiderio di trovare un appagamento permanente? Qual è il nesso con il nostro costante anelito per una felicità senza fine?

Qui sta il genio del cabalista Rabbino Ashlag: ha sintetizzato questi concetti e li ha portati a un livello che ci consente di cogliere con chiarezza la loro importanza per la felicità umana.

Come abbiamo già detto, le sei dimensioni che stanno immediatamente al di là della nostra percezione, prendono nel loro insieme il nome di Mondo Superiore. Tale mondo è il regno del 99 per cento di cui abbiamo parlato nei primi capitoli (vedi illustrazione di pagina 118).

- È questo regno del 99 per cento che sperimentiamo in quei rari momenti di lucidità, estasi, intuizione mistica,

stato di grazia della coscienza, illuminazione... oppure quando azzecchiamo i numeri giusti della lotteria!

- Quando Michael Jordan fece il canestro che lo portò a vincere il Campionato di Basket Universitario e a dare inizio alla sua folgorante carriera, la gioia che provò scaturiva da questo regno.

- Quando il vostro cuore batte all'impazzata *e* la passione vi travolge incrociando per la prima volta lo sguardo della vostra anima gemella, state toccando il regno del 99 per cento.

« Quando siete sdraiati su una spiaggia a crogiolarvi al sole senza avere una sola preoccupazione al mondo, questo stato di serenità quasi soprannaturale proviene da mondi eccelsi.

- Ogni volta che avete provato piacere, felicità, tranquilli tà, pace ulteriore, calma e quel senso di sicurezza in cui sentivate di poter ottenere qualunque cosa, eravate con nessi con uno dei livelli superiori nelle Dieci Sefirot.

È questo il regno di cui scriveva Platone: il mondo senza tempo delle Idee o delle Forme che esiste «al di là» del mondo fisico governato dai cinque sensi. È interessante osservare che Sir Isaac Newton, considerato il più grande scienziato di tutti i tempi, notò che Platone aveva mutuato quei concetti dalla Kabbalah e se ne era servito per sviluppare la sua visione della realtà. In uno dei suoi scritti teologici Newton dichiarò:

> *Platone viaggiando in Egitto, quando gli ebrei vi vivevano numerosi, sviluppò le sue opinioni metafisiche in merito agli esseri superiori e alle cause formali di tutte le cose, che egli chiama Idee e i cabalisti chiamano Sefirot...*

Quando noi ci eleviamo fino ad abbracciare questo mondo superiore portiamo cambiamenti duraturi e positivi nella nostra vita. Ricordatevi: muovete il braccio che crea l'ombra sul muro ed essa risponderà automaticamente.

Quante volte vi siete chiesti: « Dov'è Dio quando ho più bisogno di Lui? »

Quante volte ci siamo chiesti perché è così difficile entrare in contatto con il Creatore? La chiave per connetterci con Lui e trovare ascolto alle nostre preghiere sta nel sapere come mettersi in connessione con il Mondo Superiore, ovvero il regno del 99 per cento.

Imparerete come farlo nelle pagine che seguono.

La Teoria della Reattività

Tutti pensano a cambiare il mondo,
ma nessuno pensa a cambiare se stesso.

LEV TOLSTOJ,

Quando guardiamo nel regno del 99 per cento, scopriamo quattro attributi chiave della Luce che abbiamo ereditato e sentiamo il bisogno di esprimere nel nostro mondo al fine di eliminare il Pane della Vergogna.

Essi sono:

- Essere la *Causa.*
- *Essere un Creatore.*
- Avere il *Controllo.*
- *Condividere.*

Nel nostro mondo fisico queste quattro qualità si fondono in un unico tratto. Mio padre, il cabalista Rabbino Berg, ha coniato un'elegante definizione per questo tratto che è direttamente connessa al comportamento umano: PROATTIVO!

Inoltre, tutte le caratteristiche del Vaso - cioè dell'umanità
• possono essere espresse in una sola parola:

1

REATTIVO!

Reattivo significa:

- Essere *l'Effetto*.
- Essere *un'Entità Creata*.
- Essere Sotto il *Controllo di Qualunque Cosa.*
- *Ricevere.*

Un'ulteriore definizione del comportamento reattivo

Il comportamento reattivo si basa sul *desiderio di ricevere* connaturato all'umanità, cioè il desiderio originario che fu creato nel Mondo Senza Fine. Il comportamento reattivo include l'avidità, l'egoismo, l'indulgenza verso se stessi, l'ego e così via.

Per comportamento reattivo si intende ogni nostra reazione a eventi esterni, per esempio la rabbia, l'invidia, l'eccessiva sicurezza di sé, la scarsa autostima, il desiderio di vendetta, l'animosità.

Fermatevi un momento a pensare a questo tipo di reazioni, alle volte in cui le avete provate. Pensate alle situazioni che hanno innescato in voi quei sentimenti.

In realtà il 99 per cento del nostro comportamento è di natura reattiva. Ma questo fa parte del piano. Ricordate: il *desiderio di ricevere* appagamento è la nostra essenza.

La nostra coscienza si fonda su desideri reattivi, impulsivi, istintivi. La vera trasformazione spirituale avviene nel momento in cui ci si eleva al di sopra di questa coscienza.

Esaminiamo ora il ruolo che tutti questi concetti cabalistici giocano nel nostro mondo reale.

Il senso della vita

Semplificando al massimo possiamo affermare che la missione del Vaso è trasformarsi da forza reattiva in forza proattiva. Dunque...

questo è il fine ultimo della vita;

la ragione della nostra esistenza;

il senso della vita;

la strada verso casa;

il sentiero verso un appagamento sènza fine;

il segreto per eliminare il Pane della Vergogna ed esprimere il nostro DNA divino;

la vera definizione di quella che chiamiamo *trasformazione spirituale.*

Abbiamo così svelato il Quarto Principio della Kabbalah:

Lo scopo della vita è la trasformazione spirituale
da entità reattive a esseri proattivi.

Smantellare la Teoria della Reattività

- Quando noi ***reagiamo*** a ogni situazione o evento esterno della nostra vita, siamo soltanto un effetto e non una causa; siamo reattivi, non proattivi.

- Se vivessimo senza andare incontro ad alcuna crescita personale o ad alcun cambiamento della nostra natura, non ***creeremmo*** nuovi livelli spirituali di esistenza per noi stessi.

- Quando lasciamo che forze esterne influenzino i nostri sentimenti, positivi o negativi che siano, abbiamo rinunciato al ***controllo.***

- Quando diamo prova di un comportamento egocentrico, non stiamo ***condividendo*** bensì gratificando il nostro ego.

Rifletteteci su bene prima di passare alla pagina seguente!

Un Big Bang spirituale

Ogni volta che nella vita abbiamo una reazione - di rabbia o di piacere che sia - l'energia che percepiamo è una pericolosa connessione diretta con il regno del 99 per cento. È la Luce che il Vaso originariamente riceveva nel Mondo Senza Fine. Questa Luce ci dà una fiammata di energia, un brivido di piacere, un senso di gratificazione. Però fu questo stesso bagliore iniziale a fare nascere il Pane della Vergogna! // *Vaso respinse la Luce perché la stava ricevendo in modo reattivo.*

Ogni volta che ci comportiamo in modo reattivo rinneghiamo la natura divina che abbiamo ereditato. La nostra anima, allora, compie nuovamente l'atto di Resistenza e interrompe il flusso della Luce. Si ripete una versione spirituale del Big Bang. Metaforicamente viene gettato un altro vestito sopra la lampada. La vita si fa più buia. Ed ecco che il piacere scompare. L'entusiasmo ci abbandona. H brivido si spegne. Ecco perché ci sentiamo a terra dopo aver avuto una reazione violenta e rabbiosa nei confronti del nostro coniuge. Ecco perché ci sentiamo distrutti quando si esaurisce lo « sballo » dato dalla droga. Ecco perché la nostra eccitazione scompare poco dopo aver comprato una macchina nuova o un bel vestito. La gratificazione che provavamo non nasceva da uno sforzo proattivo: il nostro appagamento dipendeva da qualcosa di *esterno.*

Allo stesso modo se qualcuno ci fa un complimento e ci fa sentire più soddisfatti di noi stessi, è *l'altra persona* a essere la causa: noi siamo soltanto l'effetto. La nostra felicità sarà solo temporanea. La nostra anima è costretta a *ripetere* l'atto di Resistenza e a respingere la Luce per evitare il Pane della Vergogna. Il risultato finale è l'oscurità.

Un'alternativa spirituale

Per evitare che nella nostra vita si verifichino dei «Big Bang spirituali » abbiamo un'altra possibilità: l'uso proattivo della Resistenza. Ciò significa annullare ogni impulso reattivo avvalendosi del libero arbitrio.

Sebbene a parole sembri una cosa semplicissima, tale atto richiede una forza di volontà e un autocontrollo quasi sovrumani. Scopriremo perché è più facile a dirsi che a farsi. Ma prima provate a fare l'esercizio seguente per comprendere meglio il concetto di Resistenza e ciò che realmente si intende per trasformazione.

il quiz dei contomila dollari

Scenario n° 1: *Sulla scrivania di un ufficio ci sono centomila dollari in banconote di piccolo taglio. Arriva un uomo e vede il denaro. Dopo essersi accertato che nessuno lo stia guardando, arraffa le banconote e scappa come un ladro.*

Scenario n° 2: *Arriva un uomo e vede il denaro. Si mette a tremare, spaventato alla sola idea di toccarlo, figuriamoci di rubarlo. Se la dà a gambe come un coniglio Impaurito.*

Scenario n° 3: *Arriva un uomo e vede il denaro. Dopo aver controllato che nessuno lo stia osservando, arraffa le banconote e scappa. Poi, però, si ferma. E combattuto, ma alla fine decide di riportare i soldi dove li aveva trovati.*

Scenario n° 4: *Arriva un uomo e vede il denaro. Lo prende e lo mette in una valigetta. Dopo averla chiusa a chiave la consegna alle autorità perché la tengano al sicuro. Lascia sulla scrivania un biglietto in cui invita chiunque abbia perso una grossa somma in contanti a mettersi in contatto con lui per poter recuperare il denaro.*

Quale scenario rivela una maggiore Luce spirituale nel nostro mondo? Quale persona manifesta maggior Luce spirituale nella sua vita? Per trovare la risposta passiamo velocemente in rassegna i diversi scenari sulla base di quanto abbiamo appreso finora.

Scenario n° 1: In questo caso l'uomo è dominato dal desiderio reattivo e istintivo di ricevere che gli suggerisce di prendere i soldi e scappare. Il comportamento reattivo non produce alcuna Luce.

Scenario n° 2: L'uomo sta semplicemente reagendo al desiderio istintivo di lasciarsi spaventare anche dalla sola idea di rubare. Reagire a un istinto naturale non produce alcuna Luce. Questa persona entra ed esce dall'edificio senza che la sua natura sia in alcun modo cambiata.

Scenario n° 3: Inizialmente l'uomo reagisce al desiderio di rubare il denaro, ma poi si blocca. Si oppone a quella reazione, proattivamente e così, in un istante, vincendo l'istinto iniziale, trasforma la sua natura e restituisce i soldi. La sua trasformazione da entità reattiva a essere proattivo rivela Luce spirituale.

Scenario n° 4: In questo caso l'uomo si limita a reagire al desiderio istintivo di fare la cosa giusta. In merito all'idea di rubare era già in uno stato mentale proattivo. Non si verifica alcun mutamento nella sua natura: rimane la stessa persona di prima. Secondo la Kabbalah un comportamento del genere non aggiunge Luce alla vita di questa persona. L'uomo onesto di questo scenario, però, ha un'altra occasione per avvicinarsi alla Luce: dopo aver restituito il denaro non deve reagire all'ego che gli dice quanto è bravo e virtuoso. Deve resistere al desiderio di ricevere, che in questo caso consiste nel desiderio di ricevere encomi per la buona azione compiuta. Deve comprendere che la vera opportunità che gli viene offerta non sta nell'atto concreto della restituzione del denaro, bensì nel mantenere segreta

la buona azione *e* nel non cedere alle lusinghe dell'auto-compiacimento.

Ricordatevi sempre che non sono le nostre qualità positive a far scattare l'interruttore: la Luce si accende solo quando individuiamo, sradichiamo e trasformiamo le nostre reazioni negative. È il grado di trasformazione cui va incontro la nostra natura a darci la misura del nostro appagamento.

La lunga coda al supermercato della vita

La prossima volta che vi troverete bloccati in una lunga fila in banca, imbottigliati nel traffico, o in coda alla cassa del supermercato, resistete all'impulso di reagire. Non lasciatevi prendere dalla frustrazione o dall'impazienza. Non arrabbiatevi. Quella coda è lì proprio per mettervi alla prova, e per darvi l'opportunità di non reagire. Se invece reagite, la situazione prende il controllo su di voi: la situazione si trasforma in causa e voi in effetto.

Ricordatevi sempre che il motivo per non reagire alla lunga coda al supermercato, all'automobilista folle che vi taglia la strada a tutta velocità, o a vostro cognato che fa di tutto per farvi uscire dai gangheri non ha nulla a che vedere con la buona educazione. E neppure con i principi morali o etici, né con altri nobili principi. Ha a che fare con voi, con *ciò che avete da guadagnarci.*

Non è una questione morale

Storicamente i principi morali non hanno mai portato alla pace e all'armonia. La moralità può anche essere un concetto nobile, ma non cambierà mai la natura degli istinti animali. Non c'è mai riuscita né mai lo farà. La specie umana è costituita da entità « riceventi » (« Che cos'ho io da guadagnarci? »). E non c'è niente di male. L'intento del Creatore era proprio questo.

Per essere motivate ad agire le persone *devono ottenere* qualcosa in cambio. Lo scopo della Resistenza è farvi avvicinare alla Luce affinché *possiate* riceverla. Perciò bloccate il vostro desiderio reattivo di pensare costantemente a voi stessi... non perché questa sia un'azione moralmente lodevole, ma perché la trasformazione vi porterà dei vantaggi. È un paradosso: nel momento in cui smettete di pensare a voi stessi e a ciò che ricevete, la Luce si prende cura di voi e potete ricevere ogni cosa, *senza paura di perderla!*

Ciascuno di noi ha il potere di portare appagamento alla propria vita trasformando la propria natura. Quando un numero sufficiente di noi raggiungerà quel livello, il mondo sarà inondato da un'inimmaginabile infusione di Luce.

Il momento della trasformazione

Nella vita abbiamo due scelte:

1. Reagire a una situazione, e in tal caso la nostra ani ma finirà per contrastare la Luce, lasciandoci nell'oscurità del regno dell'1 per cento.

2. Resistere proattivamente al nostro desiderio di reagire, e perciò connetterci alla realtà del 99 per cento.

La seconda opzione elimina il Pane della Vergogna e in questo modo apre la strada alla Luce permettendole di colmare la nostra vita in una circostanza particolare. In altre parole, nel momento in cui opponiamo resistenza a una reazione, abbiamo trasformato un determinato aspetto di noi stessi e, guarda caso, è proprio questo il vero scopo della nostra esistenza. Entriamo automaticamente in connessione con il regno del 99 per cento e così si irradia la giusta quantità di Luce.

Dunque il Quinto Principio Spirituale afferma:

Nel momento della trasformazione entriamo in contatto con il regno del 99 per cento!

La formula della trasformazione

Il passaggio dalla reazione alla proazione avviene così:

1. **Si presenta un ostacolo.**

2. **Comprendete che il vero nemico è la vostra rea zione, non l'ostacolo in sé.**

3. **Soffocate il vostro sistema reattivo per lasciare entrare la Luce.**

4. **Esprimete la vostra natura proattìva.**

Il momento della trasformazione avviene durante la terza e la quarta fase. Ecco che state connettendo la vostra anima alla splendente dimensione della Luce, ovvero al regno del 99 per cento.

METTERE IN PRATICA LA FORMULA DELLA TRASFORMAZIONE

Considerate questo scenario tratto dalla vita quotidiana e guardate come funziona la formula:

1. **Si presenta un ostacolo**
   Un caro amico vi fa una scenata.

2. **La vostra reazione emotiva**
   Vi sentite offesi. Arrabbiati. Feriti.

3. La vostra reazione comportamentale

Vi mettete a urlare anche voi e poi non gli rivolgete più la parola per mesi.

ANALIZZARE LA FORMULA DELLA TRASFORMAZIONE

1. Si presenta, un ostacolo

// *vostro migliore amico vi fa una scenata.*

***2.* Comprendete che il vero nemico è la vostra reazione**

// *nemico è il vostro sentirvi offesi, arrabbiati e feriti, non la persona in questione.*

3. Soffocate il vostro sistema reattivo per lasciare entrare la luce

Rinunciate a ogni reazione emotiva. Invece di mettervi a urlare, controllatevi. Anche se non avete niente da rimproverarvi, lasciate che il vostro amico si sfoghi. Non conta chi ha torto o ragione. Ciò che conta è la vostra decisione di non reagire.

4. Esprimete la vostra natura proattiva

Ora siete in contatto con il regno del 99 per cento. Le emozioni che sentirete adesso e le vostre prossime azioni scaturiranno dalla Luce. Automaticamente nasceranno sentimenti e comportamenti positivi. Noterete un cambiamento straordinariamente positivo nella situazione estema che vi si era presentata. Il vostro amico risponderà in un modo che non avreste mai potuto

immaginare. Oppure scoprirete qualcosa di illuminante riguardo al rapporto che vi lega.

Troppo spesso la nostra attenzione si concentra sulle circostanze esterne. Una persona che amiamo ci ferisce. Un affare importante va a monte. Ci troviamo in disaccordo con il modo di pensare di qualcun altro. Una persona ci offende. Un collega ottiene la promozione che spettava a noi. Gli eventi esterni scatenano costantemente le nostre reazioni. Invece di reagire, applicate la formula: vedrete accadere dei veri miracoli.

Il gioco più antico di tutti

Immaginate diciotto persone radunate su un campo da baseball. Ciascuna di loro è dotata di uno straordinario talento atletico, ai livelli di Joe DiMaggio, Babe Ruth, Sandy Koufax e Alex Rodriguez. Tutte hanno l'equipaggiamento necessario per giocare una partita: mazze, palle da baseball, guantoni e basi... perfino la gomma in bocca.

Ma supponiamo che manchi loro l'ingrediente fondamentale: la conoscenza delle regole del gioco. Queste diciotto persone non hanno mai sentito parlare di baseball, non hanno la minima idea di che cosa si tratti. Che cosa succederebbe se si chiedesse a questi atleti di giocare a un gioco chiamato baseball e si impedisse loro di abbandonare il campo fino a quando non si dimostreranno dei supercampioni?

Immaginate che confusione! Risse. Litigi. Frustrazione. Rinuncia. Qualche giocatore potrebbe finire per inventarsi le proprie regole. Sebbene tutti quegli atleti abbiano la stoffa dei campioni di baseball, l'unica cosa che combinerebbero in campo sarebbe un pandemonio.

Secondo la Kabbalah, a prescindere dal talento che possediamo, se non conosciamo le regole del gioco otteniamo solo il caos. Ciò ci porta a un gioco molto più antico del baseball, e infinitamente più misterioso. Il regolamento di quello che è il più difficile dei giochi fu trascritto circa due-

mila anni fa in un antico manoscritto cabalistico. Questo libro si chiama *Zohar e* contiene tutti i segreti spirituali che regolano il Gioco della Vita.

Secondo lo *Zohar* ciascuno di noi è potenzialmente un Babe Ruth nel gioco della vita. Tutti nasciamo dotati di un talento straordinario, ma per la maggior parte di noi questo talento resta inespresso, perché giochiamo senza conoscere le regole. Il risultato? Ci scontriamo, litighiamo, ci sentiamo frustrati, e ogni giorno ci inventiamo giochi nuovi e seguiamo sempre le nostre regole. Ma è tutto inutile.

La Kabbalah ci dà regole ben definite, ma senza imporre limitazioni alla nostra esperienza quotidiana del mondo. Anzi: ci libera e ci rafforza nel corpo e nello spirito. Queste leggi sono i Dodici Principi Spirituali che vengono presentati in questo libro.

la benda sugli occhi

Prima che possiamo cominciare a comprendere a un livello più profondo i principi spirituali della Kabbalah, però, dobbiamo superare un ostacolo. Supponiamo che quei grandi atleti radunati sul campo da baseball adesso conoscano il regolamento, ma che prima dell'ini/io della partita qualcuno bendi loro gli occhi: anche se conoscono le regole, non riescono a vedere. E così ecco di nuovo il caos!

Secondo la Kabbalah tutti noi nasciamo con una benda sugli occhi. Prima di poter approfondire le regole del gioco della vita e agire davvero in base a esse, dobbiamo toglierci la benda dagli occhi e scoprire una cosa fondamentale. *Chi è il nostro avversario?*

Controspionaggio

Perché la natura umana sembra così incline ai comportamenti autodistruttivi? Perché ci dedichiamo ad attività che sappiamo essere dannose per noi? Perché abbandoniamo ciò che ci fa bene e preferiamo quello che ci fa male? Perché l'avidità ci sembra più allettante e divertente della generosità? Perché ci sembra così facile diventare dipendenti da tutto ciò che è dannoso? Perché è così difficile sviluppare abitudini positive? È facile perdere la testa fin dal primo morso per un nuovissimo dolce al cioccolato, invece è praticamente impossibile abituarsi alle zucchine lesse anche se per anni ci siamo sforzati di mandarle giù.

Rabbia, paura, invidia, pigrizia - tutti i nostri tratti comportamentali negativi e distruttivi - sono come la forza di gravita. Non importa quanto ci sforziamo per librarci nell'aria: non possiamo riuscirci. La negatività ci ributta continuamente giù, a prescindere da quanto ci impegniamo per innalzarci. È la nostra natura. La forza di gravita che ci spinga verso le buone abitudini e i tratti positivi, invece, sembra non manifestarsi mai, anzi: quando si tratta di qualcosa che ci fa bene la forza che ci governa è la repulsione. È come se dentro di noi operasse un servizio di « controspionaggio » che fa costantemente di tutto per sabotarci nei nostri sforzi di cambiare le cose in meglio.

PARTE QUARTA
IL GIOCO,
IL NOSTRO AVVERSARIO
E L'ARTE DELLA TRASFORMAZIONE
SPIRITUALE

L'altra voce

Sapete come va: dite a voi stessi con grande convinzione che da domani comincerete a mangiare in modo più sano e leggero, ma quando il domani arriva - in compagnia di una pizza capricciosa - sentite un'altra voce che arriva da chissà dove e vi convince a rimandare a *domani* i vostri buoni propositi. È come se foste programmati a fallire quando la posta in gioco è un miglioramento della vostra qualità di vita.

Ma noi siamo arrivati in questo mondo proprio per cambiare la nostra natura! Era questo il patto stipulato nel Mondo Senza Fine. Noi, il Vaso, non avremmo più ricevuto un vero e duraturo appagamento se non avessimo eliminato il Pane della Vergogna, se non avessimo trasformato la nostra natura reattiva in proattiva. Ma è un'impresa difficilissima. Anzi, è quasi impossibile. Perché la natura umana è così attratta da ciò che è negativo?

Perché una risposta reattiva si rivela così facile e un atto proattivo, invece, praticamente impossibile?

L'Avversario

Una vera trasformazione è così ardua perché, come in ogni altro gioco, nel gioco della vita siamo costretti a confrontarci con un nemico che, incessantemente, fa di tutto per influenzare il nostro comportamento e metterci a soqquadro l'esistenza.

Abbiamo scoperto che il Vaso, a causa dell'eredità del DNA di Dio, desiderava meritarsi la Luce ed essere la causa del proprio appagamento. Per comprendere ancor meglio il concetto di Pane della Vergogna è utile riflettere sullo *scopo di ogni gioco.*

In qualunque confronto atletico lo scopo è vincere. Non importa che si tratti dei Los Angeles Lakers, dei Miami Dolphins, dei New York Rangers... o della squadra dell'oratorio: chiunque vi dirà che lo scopo del gioco è vincere.

Ma è davvero così?

Supponiamo che un cabalista, grazie a una formula magica, riesca a far sempre vincere la vostra squadra. Partita dopo partita. Stagione dopo stagione. Infallibilmente. Il risultato finale sarà scontato fin dall'inizio.

Che cosa significherebbe questo? Che in breve tempo il gioco diventerebbe noiosissimo. E voi non sareste più incentivati a mettervi alla prova.

Allora è proprio vero che lo scopo è vincere? Quello che davvero cerchiamo in un gioco è il rischio, la sfida... compresa l'eventualità della sconfitta. Ciò che lo rende avvincente è la sua capacità di metterci alla prova.

Il concetto di sconfitta è ciò che dà forma e senso a quello di vittoria.

Ciò che mancava

Nel Mondo Senza Fine « avevamo tutto », tranne una cosa: la capacità di conquistare ed essere la causa dell'appagamento che la Luce riversava su di noi. Per creare da soli il nostro appagamento, dunque, respingemmo la Luce.

Volevamo l'opportunità di giocare al gioco della Creazione basandoci sulle nostre forze, rischiando di perdere campionato dopo campionato, esistenza dopo esistenza, ma mossi dalla speranza di vincere e di portarci a casa il trofeo. Solo così avremmo potuto conoscere la vera sensazione di appagamento, di felicità. Solo così avremmo potuto sfruttare al massimo la nostra potenziale proattività. Se non avessimo accettato la sfida più grande, non avremmo mai visto fiorire il seme divino racchiuso dentro di noi.

Come atleti olimpici spirituali dobbiamo allenarci - a livello mentale ed emotivo - affinché la nostra natura divina possa evolversi e manifestarsi. Questo allenamento appaga il nostro bisogno di *meritarci e* di creare la Luce, nonché di eliminare una volta per tutte il Pane della Vergogna.

La grande azienda

Un uomo, partendo da zero, crea un'impresa che arriva a fatturare miliardi. Dopo averla gestita per venticinque anni, decide di abbandonare la sua carica di presidente per entrare nel consiglio di amministrazione, una posizione più onoraria che effettiva.

Riconoscendo nella figlia le sue stesse doti, l'uomo le assegna il 50 per cento delle quote azionarie dell'azienda nonché la carica di presidente. La ragazza, però, vive quell'offerta come un problema. Il successo dell'azienda è stato frutto del sangue, del sudore e delle lacrime di suo padre, non è dipeso da lei, e nonostante lui abbia deciso di lasciarle la società perché prova amore, ammirazione e rispetto nei suoi confronti, lei ha comunque la sensazione di aver ricevuto un'elemosina.

La ragazza, chiaramente, sarebbe felicissima di ottenere il 50 per cento dell'azienda e la carica di presidente... ma nel modo giusto. Perciò escogita un piano. L'azienda dà lavoro a migliaia di dipendenti, dunque nessuno in realtà sa che lei è la figlia del proprietario, perciò decide di fare domanda per un impiego in magazzino. Dopo aver lavorato sodo per parecchi mesi, ottiene una promozione. In seguito ne ottiene un'altra. Per anni lavora instancabilmente e - grazie al suo spirito di sacrificio, alla sua determinazione, e al suo innato fiuto per gli affari - impara tutti i trucchi

del mestiere finché finalmente, *un gradino dopo l'altro, ottiene la carica di presidente della compagnia.*

Qual è la differenza tra l'ottenere la presidenza in un colpo solo e conquistarla risalendo faticosamente la scala del successo? Se non avesse cominciato dalla gavetta, la ragazza non avrebbe mai potuto realmente provare la sensazione di essersela meritata.

Sapeva che soltanto se avesse ottenuto la carica con le proprie forze avrebbe potuto godere di tutto quello che il padre aveva progettato per lei. Questo processo, inoltre, era necessario anche per la piena realizzazione delle aspirazioni del padre.

È importante capire che durante la scalata al successo della figlia il padre non doveva intervenire. Anche se fosse andata incontro a grosse delusioni, battute d'arresto, perfino se fosse stata licenziata, lui sarebbe dovuto restarne fuori per permetterle di cavarsela da sola, anche a costo di vederla soffrire.

Ma il padre aveva fiducia in lei. In fin dei conti l'aveva vista crescere e aveva riconosciuto in lei le sue stesse doti. Sapeva che una volta arrivata in cima - solo grazie alle proprie forze - avrebbe potuto conoscere *e* assaporare il gusto del successo, quella meravigliosa sensazione di appagamento he deriva dall'aver conquistato qualcosa di grande.

in chiave metaforica la figlia siamo noi - il Vaso - e il padre rappresenta la Luce. Per eliminare il Pane della Vergogna il vaso sente l'esigenza di esprimere la natura proattiva che

ha ereditato. Per essere proattivi prima dobbiamo essere reattivi. E per farlo abbiamo bisogno di essere sfidati. Per dare un senso e rendere completa la nostra metamorfosi da entità reattive a esseri proattivi dobbiamo essere sfidati da un potente Avversario.

Chi è il nostro Avversario?

Un conflitto interiore

Duemila anni fa lo *Zohar ci* ha rivelato chi è l'Avversario. Ha addirittura individuato le diverse tecniche, le strategie e le armi di cui egli si serve. L'Avversario è la causa recondita del caos che fagocita il mondo e lo spirito umano. È quella voce che ci sussurra: « Adesso mangia la torta. La dieta la cominci lunedì! » È lui che fa nascere in noi disperazione, pessimismo, paura, ansia, dubbio e incertezza. Così come scatena arroganza, spietatezza, avidità, gelosia, invidia, rabbia e sete di vendetta.

L'Avversario è la voce che dice: « Dai, fallo! », anche se sappiamo che non dovremmo. L'Avversario è la voce che dice: « Fregatene! Non farlo! », anche se sappiamo che dovremmo, E - quel che è ancora peggio - anche quando vorremmo opporre Resistenza e vincere il nostro comportamento reattivo il nostro Avversario ci dissuade!

Per esempio:

- Vi ripromettete solennemente di cominciare a mangiare in modo sano, ma nel momento in cui vedete una golosa « schifezza » l'Avversario vi convince a rimandare i vo stri buoni propositi.

- Decidete di dedicare più tempo alla famiglia, ma qualcosa vi spinge a fare ancora più tardi in ufficio.

State guidando e notate una persona in difficoltà. Il vostro primo pensiero è fermarvi ad aiutarla, ma il vostro Avversario vi convince che probabilmente ci sarà qualcun altro disposto a darle una mano. Schiacciate sull'acceleratore per non mancare al vostro pranzo di lavoro mentre, per l'intero tragitto, l'Avversario vi fornirà ottime scuse per giustificare il vostro comportamento scortese.

Vi ripromettete di mettere da parte ogni mese una piccola somma e di avere un approccio più responsabile nei confronti del denaro, ma immancabilmente l'Avversario vi convince a spendere tutto in cose frivole, suggerendovi sempre un buon motivo per farlo.

Entrate in un negozio di alimenti naturali e biologici e spendete un sacco di soldi per comprare vitamine di tutti i tipi, perché vi siete ripromessi di cominciare a nutrirvi in modo sano. Sei mesi dopo sullo scaffale c'è una parata di flaconi di vitamine ancora mezzi pieni. L'anno seguente si ripete la stessa cosa e vi ritrovate nello stesso negozio. Adesso, però, giurate a voi stessi che non andrà come l'altra volta... ma non è così.

Un vostro caro amico ha fiducia in voi e vi confida un segreto. Promettete (a lui e a voi stessi) di non farne parola con nessuno. Di lì a qualche giorno, però, mentre state chiacchierando con qualcuno, l'Avversario vi spinge a spifferare il segreto del vostro amico. In realtà vi rendete conto che le parole vi stanno uscendo di bocca da sole, nonostante sappiate che non dovreste farlo.

- Un amico si trasferisce in una casa più bella della vostra, oppure sfoggia un vestito nuovo o una nuova automobile. Vorreste essere felici per lui, ma l'orribile invidia comincia a serpeggiare nel vostro cuore e non riuscite a tenerla a freno. Dentro di voi il risentimento e la felicità per l'altra persona lottano per avere la meglio.

Un antico Avversario

Nel corso della storia religiosi, filosofi e poeti hanno dato nomi diversi all'Avversario, tra cui Lucifero, Belzebù, Mister Hyde, l'Inclinazione al Male, il Lato oscuro, Darth Vader, il Signore delle Tenebre, la Bestia... la Malvagia Strega dell'Ovest!

A prescindere dal nome che gli si voglia dare, gli antichi cabalisti affermavano che l'Avversario era reale. Molto reale. Sebbene non riusciate a vederlo con i vostri occhi, è reale quanto gli invisibili atomi che sono nell'aria ed è altrettanto ubiquo e potente dell'invisibile forza di gravita. Il suo vero nome - come ci hanno rivelato gli antichi saggi cabalisti - è שָׂטָן. Il termine *(suh-tàhn,* con l'accento sulla seconda sillaba) si traduce con « Satana».

Satana non è il demonio rosso, munito di corna e armato di un terribile forcone. Queste superstizioni non hanno fatto altro che celare ancora meglio il suo vero scopo e la sua identità. Quel nome è una parola in codice per indicare il *comportamento reattivo* - indotto dall'ego - e lui è il più potente di tutti i maghi.

Secondo la Kabbalah il nostro Avversario è un vero asso della magia. La sua abilità nel trarci in inganno è perfettamente sintetizzata in una frase tratta da *I soliti sospetti,* l'intelligente film sceneggiato da Cristopher McQuarrie:

> *La beffa più grande che il diavolo ha fatto al mondo è fare credere a tutti che lui non esiste!*

Lui è reale!

Proprio così, chiaro e semplice. L'Avversario è reale ed esiste, proprio come esiste l'ego umano. Ma l'Avversario è così bravo a nascondersi che abbiamo dimenticato e perso contatto con il nostro vero sé - la nostra anima. Al contrario, siamo sempre governati e dominati dai capricci del nostro ego senza mai renderci conto di essere sconfitti e raggirati dall'Avversario.

Sette giorni su sette, ventiquattr'ore su ventiquattro ci impegniamo per soddisfare tutti i desideri dell'ego, indipendentemente da quanto essi possano essere frivoli o autodistruttivi. Questi impulsi indotti dall'Avversario mantengono il controllo su di noi il 99,999 per cento del tempo.

L'Avversario ci ha ingannati facendoci credere di essere in balia di *forze* esterne e delle azioni altrui. Ci ha convinti che il nostro nemico sia qualche altra persona, non la nostra natura reattiva. Nel frattempo lui si nasconde negli anfratti oscuri della nostra niente, resta in agguato nei bui recessi del nostro essere e così non ci rendiamo mai conto della sua presenza. Gonfia il nostro ego finché finiamo per convincerci di essere persone speciali e di avere il controllo della nostra vita. Tutti i dubbi che abbiamo riguardo alla sua esistenza sono opera sua.

Ma la cosa più grave è che l'Avversario ci rende ciechi di fronte alla nostra natura divina, al punto che non sappia-

mo neppure capire qua! è il nostro scopo nella vita. Pensateci. Quante persone si guardano veramente dentro ogni giorno sforzandosi di sradicare i loro tratti reattivi negativi? Eppure è questo il fine ultimo della nostra esistenza.

E se trovate ancora difficile credere a tutto ciò, segnate pure un altro punto per l'Avversario.

Alterare il nostro DNA

Il *Desiderio di Ricevere* attrae e ottiene energia. Possiamo ottenere beni materiali e spirituali solo per noi stessi oppure al fine di condividerli con gli altri. Quando la forza chiamata Satana fece la sua comparsa aggiunse un elemento al nostro naturale *Desiderio di Ricevere.* Fu come se il nostro DNA spirituale fosse stato alterato tramite l'aggiunta di alcune lettere al genoma umano. Eccole:

s.o.l.o.p.e.r.s.e.s.t.e.s.s.i.

L'umanità fu pervasa dal *Desiderio di Ricevere solo per se stessi.* Il « gene dell'egoismo » fu aggiunto da Satana. È questa l'unica radice e l'impulso sotteso alla natura reattiva degli esseri umani e al nostro comportamento sconsiderato. Ed è questo che rende così difficile trasformare l'intolleranza in tolleranza.

Il *Desiderio di Ricevere solo per se stessi* non lascia agli altri neppure un boccone. Nemmeno una briciola. Come un buco nero cosmico questo desiderio distrugge tutto ciò che gli sta vicino, a tal punto che perfino la Luce spirituale non riesce a sfuggire al suo potere.

La differenza tra il Desiderio di Ricevere e il Desiderio di Ricevere solo per se stessi

Il *Desiderio di Ricevere* si presenta quando un bene materiale o spirituale posseduto da un'altra persona risveglia in noi il desiderio di possedere quello stesso bene. E poi andiamo e lo acquistiamo. Bene. Nessun problema.

Il *Desiderio di Ricevere solo per se stessi* si presenta quando otteniamo un bene materiale - come una macchina o un nuovo capo firmato - eppure proviamo fastidio e invidia se il nostro vicino di casa si compra lo stesso oggetto, sebbene ciò non sminuisca in alcun modo ciò che noi possediamo. In altre parole, vorremmo che nessun altro l'avesse.

Il nostro Avversario manipola e controlla il *Desiderio di Ricevere solo per se stessi* in molti modi. Prima di tutto attraverso i Campi di Battaglia.

I Campi di Battaglia

Scopriamo che nell'Universo esiste un Potere di pianificazione e controllo che ha qualcosa in comune con il funzionamento della nostra mente.
Sir JAMES JEANS, fisico

La lotta contro il nostro Avversario è in corso da molto tempo, però si combatte su un terreno molto oscuro e misterioso: la mente umana. Ma prima che possiamo realmente capire che cosa ciò significhi per noi, dobbiamo capire che cos'è in realtà la nostra mente.

Immaginate che un uomo primitivo metta piede fuori dalla giungla senza avere la minima nozione del mondo moderno. Trova una radio che trasmette musica e la guarda sbalordito, convinto che sia quella scatola a produrre la melodia. La apre e, senza volere, tira fuori i transistor. La musica s'interrompe. Ciò lo convince ancora di più che la fonte del suono sia la scatola. Addirittura crede di avere ucciso quella povera creaturina. Ovviamente noi sappiamo che in realtà la fonte della musica è qualche stazione che trasmette onde radio da molto lontano...

La Kabbalah ci insegna che i nostri pensieri non sono originati dalla materia cerebrale, proprio come la musica non ha origine dalla radio come oggetto fisico. Il cervello è più simile a un'antenna, una stazione ricevente che intercetta un segnale e poi lo ritrasmette alla mente conscia.

Negli anni Cinquanta il brillante neurochirurgo Wilder Penfìeld avviò una ricerca estensiva per studiare il rapporto mente-cervello. Il suo scopo era spiegare come la coscienza emerga dalla materia cerebrale. Dopo quarantanni di ricerche, Penfìeld ammise di aver fallito. Ne // *mistero della mente* scrisse:

> *La mente pare agire indipendentemente dal cervello, un po' come un programmatore informatico agisce indipendentemente dal computer, sebbene per determinati scopi dipenda molto dall'operatività della macchina. Ma chi - o che cosa - è quel programmatore?*

La guerra dell'audience

Secondo la Kabbalah due emittenti cosmiche - la Luce e l'Avversario - mandano segnali al nostro cervello: la loro guerra per l'audience è più dura e decisiva di quella fra i grandi network!

Se potessimo imparare a distinguere quali pensieri ci vengono inviati dall'Avversario e quali dalla Luce, potremmo riprendere il controllo della nostra vita.

Un buon punto di partenza è questo:

> *Ogni pensiero che ci arriva forte e chiaro e ci spinge a reagire a una situazione è l'Avversario.*

La voce dell'Avversario risuona nei pensieri che ci convincono di essere gli artefici del nostro successo e di essere migliori del nostro prossimo. (Al nostro subdolo Avversario si deve anche la concezione secondo cui i pensieri sarebbero reazioni chimiche nella massa cerebrale.)

> *Un pensiero percepibile a stento, una flebile voce che proviene dai recessi della nostra mente, è il canto della Luce. Quando avete un improvviso lampo d'intuizione o un'istantanea ispirazione state ricevendo i segnali emessi dal regno del 99 per cento.*

Ecco come si manifestano le due frequenze che si contendono l'etere della nostra mente:

- **I pensieri dell'Avversario si manifestano attraverso la nostra mente logica e razionale, attraverso il nostro ego.**

- **n segnale della Luce si manifesta sotto forma di intuizione, di sogni, di una flebile voce nei recessi della nostra mente.**

Di solito non siamo connessi al nostro intuito, perciò è Satana a dominare il nostro etere e a trasmettere incessantemente sempre la stessa canzone, che si intitola *Reazione!*

Il segreto per prendere in mano le redini della nostra vita è interrompere il segnale di Satana. Nel momento in cui vinciamo il nostro impulso a reagire interrompiamo letteralmente le sue trasmissioni.

Se riusciamo a farlo, anche solo per un istante, il segnale della Luce è libero di propagarsi e possiamo attingere a un'infinita saggezza nelle nostre decisioni e nella nostra vita. Automaticamente facciamo le scelte giuste. Facciamo i pensieri giusti. Diciamo le parole giuste. Nascono emozioni proattive. In un istante ci vengono le idee migliori. D'improvviso ci accorgiamo che l'opinione opposta alla nostra - espressa da un collega, un amico o dal nostro consorte - racchiude in sé una profonda verità.

Per impedire che questo accada, il nostro Avversario ha elaborato raffinate strategie e per attuarle dispone di armi all'avanguardia.

Tattiche

L'unico scopo dell'Avversario è far sorgere in noi il *Desiderio di Ricevere solo per se stessi* così da separarci dalla Luce. La sua tattica più semplice ed efficace consiste nel tenere costantemente pigiato l'« interruttore » che regola la nostra reattività. Quando si schiaccia questo interruttore siamo consumati da pensieri negativi, impulsi egoistici e dall'esigenza egocentrica di soddisfare il *Desiderio di Ricevere solo per se stessi.*

Così, perdiamo il contatto con la nostra essenza, la nostra anima. Un altro vestito viene gettato sulla lampada. Il velo che separa il regno dell'I per cento da quello del 99 per cento si ispessisce: la nostra esistenza si fa più buia e da questa oscurità emerge il caos.

Ma quando rimettiamo proattivamente in atto la Resistenza originaria - ovvero quella attuata dal Vaso nel Mondo Senza Fine - rifiutandoci di reagire, è come se azionassimo un dispositivo di emergenza che annulla l'effetto dell'interruttore attivato dall'Avversario: entra in azione una valvola d'arresto che interrompe all'istante il flusso di emozioni negative. Non siamo più reattivi, ma proattivi. Siamo entrati in connessione con la nostra anima. Sono questi i momenti in cui la Luce che sta dall'altra parte del Velo si riverbera nella nostra vita.

Ma come ogni forte antagonista, l'Avversario ci aspetta per il secondo round.

L'apparenza inganna

Il cabalista Rabbino Yehuda Ashlag, il mistico del XX secolo, affermava che solitamente le persone percepiscono gli eventi in modo opposto al loro stato effettivo a causa di una limitata visione della realtà. Per chiarire questo concetto faceva questo esempio semplice ma efficace:

> *Immaginate un individuo che, fin dalla nascita, sia vissuto in totale isolamento. Nella sua vita non ha mai avuto l'occasione di vedere un essere vivente, né umano né animale. Gli vengono posti davanti un cucciolo di ippopotamo e un neonato. E lui li osserva. Il bambino, ovviamente, non è in grado di badare a se stesso. Non solo non sa camminare: non è neppure capace di gattonare, non ha la minima autonomia di movimento. Non è in grado di comunicare con chiarezza i suoi bisogni né di nutrirsi da solo. Non ha la reale percezione dell'ambiente che lo circonda: per esempio, se scoppiasse un incendio, non riuscirebbe a percepirne il pericolo. Essenzialmente un cucciolo d'uomo è inerme. Il piccolo di ippopotamo, invece, ha la piena padronanza dell'ambiente in cui si trova: sa mettersi al riparo dal fuoco, è in grado di procurarsi il cibo da solo e cinque minuti dopo essere nato, è già capace di camminare e nuotare.*

A quale conclusione giungerebbe il nostro osservatore uscito dall'isolamento? Probabilmente giudicherebbe l'ippopotamo una creatura più evoluta del bambino. Il Rabbi-

no Ashlag, invece, ci insegna che più una creatura si dimostra evoluta nella fase iniziale della sua crescita, meno lo sarà alla fine. Parallelamente, meno una creatura si dimostra evoluta all'inizio, maggiore sarà il suo grado di sviluppo evolutivo alla fine.

Questo principio si può applicare a tutti i campi della nostra vita. Opportunità che sembrano promettenti finiscono per rivelarsi disastrose, mentre situazioni che ci sembrano senza speranza si rivelano inaspettatamente vere e proprie benedizioni mascherate. Sbagliamo nel giudicare le situazioni perché non abbiamo la capacità di percepire tanto gli effetti a breve termine quanto i risultati a lungo termine. Reagiamo all'istante.

La Kabbalah ci insegna che la maggior parte delle volte il risultato finale di ogni processo esistenziale sarà l'esatto contrario della nostra prima impressione. Il nostro Avversario cerca di ribaltare questa verità spirituale incitandoci a reagire all'istante. Limita la nostra capacità di calcolare e analizzare le conseguenze a lungo termine innescando una risposta immediata a tutto ciò che i nostri occhi vedono o le nostre orecchie sentono.

E mentre noi siamo in preda a una reazione l'Avversario torna nel suo arsenale e tira fuori *un'altra arma ancora.*

L'arma del tempo

Il tempo è un'illusione. Un fantasma creato in parte dai nostri cinque sensi. « Ieri », « oggi » e « domani » sono fusi in un'unica, indivisa realtà. A livello concettuale tutto ciò è sicuramente affascinante, eppure, per qualche misteriosa ragione, non siamo capaci di rivivere i momenti memorabili di ieri; ci manca la capacità di prevedere gli eventi di domani... e spesso ci barcameniamo a stento perfino nel presente. Il tempo, dunque, si rivela un'illusione di grande effetto.

La verità è che i fisici non hanno la minima idea di che cosa sia veramente il tempo né del perché si prenda la briga di esistere. Andate pure a domandarlo loro: i più grandi scienziati ammetteranno di non essere ancora riusciti a capirlo. L'unica cosa che sanno è che il tempo è come un elastico che può essere tirato o contratto, ma sul perché faccia parte della nostra realtà non hanno alcuna risposta definitiva.

Bene, state per scoprire ciò che i più grandi scienziati non sono riusciti a fare: la vera definizione e lo scopo del tempo secondo lo *Zohar*.

Prima di tutto, che cos'è il tempo:

- Il tempo è la distanza tra la causa e l'effetto.
- Il tempo è ciò che separa l'azione dalla reazione.
- I tempo è lo spazio tra un atto e le sue ripercussioni, tra un crimine e le sue conseguenze.

Perché il tempo esiste

Se non esistesse il tempo saremmo istantaneamente puniti nel momento in cui reagiamo, così come saremmo immediatamente ricompensati per ogni azione positiva.

C'è un problema in questo feedback istantaneo « atemporale »: si può insegnare agli animali a comportarsi in un determinato modo attraverso un *addestramento basato sulla risposta immediata*. Un delfino farà una doppia capriola in cambio di una manciata di saporiti pesciolini. Un cucciolo di cane smetterà di lasciare « ricordini » sul tappeto se verrà punito ogni volta che lo fa. Il comportamento reattivo consiste in questo: reagire a stimoli esterni immediati. Peggio ancora, è un comportamento cieco e automatico, l'esatto opposto di quello di un'anima libera, fatta della stessa stoffa del Divino.

Entro questo intervallo tra causa ed effetto speriamo di accorgerci dell'insensatezza dei nostri comportamenti reattivi e di riconoscere i vantaggi connessi alla crescita spirituale e a un comportamento positivo, altruista e proattivo.

Ma spetta a ciascun individuo imparare a poco a poco queste lezioni perché il tempo ci fa dono del bene più prezioso in assoluto:

Il libero arbitrio

La sola missione nell'esistenza di un essere umano è quella di elevarsi a un livello spirituale superiore. Perciò l'uomo quando si trova a dover prendere decisioni importanti e a passare a un gradino più alto della scala spirituale può attingere a piene mani a quella qualità divina che è il « libero arbitrio ». Il libero arbitrio può esistere soltanto se nell'esistenza umana compare il concetto di tempo.

Ma c'è il rovescio della medaglia: a causa dell'esistenza del tempo, finiamo erroneamente per credere che la bontà non ripaghi e la malvagità resti impunita. Ma è soltanto una tattica di dilazione.

Risposte ritardate consentono la libertà di scelta tra un comportamento buono e uno cattivo. Ricordate, per comportamento cattivo non s'intende soltanto l'omicidio: bastano poche parole scortesi dette al vostro vicino, al vostro coniuge o a un amico per innescare il principio di causa ed effetto. Secondo la Kabbalah, infatti, distruggere la personalità di un individuo spesso è letale quanto ucciderlo fisicamente: in un caso si annienta il corpo, nell'altro si annienta l'anima e noi possiamo provocare la morte di qualcuno tanto sul piano fisico quanto su quello emotivo e spirituale. Possiamo fargli terra bruciata intorno, mandare all'aria la sua intera esistenza.

n peccato dello « spargimento di sangue » non si limita alla violenza fisica. *Spargimento di sangue* si riferisce anche alla vergogna o all'imbarazzo che provochiamo nell'altro, facendolo arrossire umiliandolo pubblicamente. Tutte queste azioni innescano una reazione a catena di causa ed effetto.

Ecco come funziona:

una persona reagisce e compie una cattiva azione. In base alla legge di causa ed effetto dovrebbe esserci un immediato contraccolpo negativo. Invece, il nostro Avversario inserisce nel processo di causa ed effetto un lasso di tempo allo scopo di ritardare il *contraccolpo* negativo. La persona, così, si convince di averla fatta franca nonostante la cattiva azione commessa.

La distanza che separa la causa dall'effetto ci impedisce di cogliere le connessioni tra i diversi eventi della nostra vita. Potremmo aver piantato un seme negativo trent'anni fa, ma essercene ormai dimenticati nel momento in cui esso comincia a germogliare. Alla fine un albero (il caos) farà la sua « improvvisa » comparsa, come se sbucasse dal nulla. Ma niente accade per caso. È solo che il tempo ci fa dimenticare la causa scatenante. H caos ci sembra improvviso perché il tempo ha creato una distanza tra la causa e l'effetto.

Il tempo crea l'illusione del caos, sebbene in realtà esista un ordine nascosto.

Reattivi al tempo

I nostri cinque sensi ci impediscono di vedere attraverso l'illusione del tempo, e perciò reagiamo all'influenza del tempo in altri modi. Prendete in considerazione i concetti legati al tempo come passato, presente e futuro:

Ieri: troppe volte restiamo intrappolati nel passato, prigionieri di sentimenti quali il rancore, la sete di vendetta, il risentimento e tutte quelle emozioni distruttive che affondano le loro radici nel passato. Coviamo questi sentimenti e lasciamo che rovinino il nostro presente.

Oggi: molti di noi tendono a fuggire le sfide e le pressioni del presente. Preferiamo procrastinare, rimandare. Ci creiamo false speranze sul futuro e viviamo facendo finta di non vedere la nostra situazione attuale.

Domani: siamo schiacciati dall'ansia di ciò che accadrà. Siamo spaventati dal futuro ignoto, terrorizzati dal domani. Siamo insicuri in merito alle decisioni da prendere, incerti sui risultati che otterremo grazie alle nostre scelte. La paura e la trepidazione ci consumano.

Tutti questi sentimenti sono reazioni: abbiamo permesso al tempo di prendere il controllo sulle nostre vite.

Quando, però, *resistiamo* e non reagiamo al tempo, ne diventiamo improvvisamente padroni, e allora riusciamo a

piegarlo e a manipolarlo. Possiamo rallentarlo o accelerarlo, a dispetto di ogni logica e della nostra stessa razionalità. Nel corso della storia i cabalisti erano famosi per la loro capacità di controllare il tempo in modi che Einstein poté solo immaginare. In effetti, se non fosse stato per Einstein, il concetto che il tempo sia soltanto un'illusione sarebbe stato rifiutato totalmente. Quell'idea sarebbe stata considerata misticismo o fantascienza. Albert dimostrò il contrario.

Il tempo è solo uno

Abbiamo l'impressione che il passato non esista più e il futuro non esista ancora. Eppure il passato e il presente sono sempre con noi. Duemila anni dopo che gli antichi cabalisti rivelarono questo concetto, Einstein giunse a conclusioni analoghe. Sono soltanto i limiti della nostra coscienza a impedirci di percepire il passato - e il futuro - in questo stesso istante!

Ma come è possibile che passato, presente e futuro esistano contemporaneamente?

Ecco un altro esempio illuminante: ,

Pensate a un grattacielo di trenta piani. In questo momento ci troviamo al quindicesimo piano, che rappresenta il presente. I piani dal primo al quattordicesimo rappresentano gli strati di tempo che ci hanno condotto al momento attuale. I piani dal sedicesimo al trentesimo rappresentano il nostro futuro.

Che cosa ci consentono di percepire i nostri sensi?

Soltanto il quindicesimo piano.

Non siamo in grado di vedere i piani inferiori né quelli superiori.

Eppure tutti i piani - cioè passato, presente e futuro - costituiscono un intero: l'edificio di trenta piani.

Se potessimo fluttuare all'esterno del quindicesimo piano per guardare l'edificio da una certa distanza vedremmo tutti e trenta i piani contemporaneamente!

Sono concetti affascinanti, ma che lezione possiamo trame effettivamente? Cosa conta se il tempo in realtà è solo uno? Che ci importa se il domani è già qui? Noi non possiamo prevedere il futuro né rivivere il passato, dunque a che pro sapere queste cose?

Le risposte a queste domande ci daranno una lezione fondamentale.

Il test del tempo

Quando agiamo in modo proattivo, l'Avversario si serve del tempo per sabotarci: come il caos può essere rinviato, così *anche* la quota di Luce che ci spetta può impiegarci un po' ad arrivare. Se pensiamo di aver agito proattivamente, ma continuiamo a chiederci quando otterremo la Luce, il nostro nemico avrà vinto un altro round. Indurci a reagire con il dubbio o la sfiducia è una sua subdola tattica di dilazione.

Se in una determinata situazione mettiamo in atto la Resistenza e il nostro Avversario inserisce nel processo una piccola quantità di tempo, la ricompensa della Luce spirituale potrebbe anche non risplendere subito. Imparate a considerare il ritardo come un ulteriore test per accertare se la nostra risposta proattiva fosse davvero sincera e profonda. Se noi *reagiamo* al ritardo, abbiamo già perso.

Il tempo, perciò, può essere definito anche come la distanza tra una buona azione e i vantaggi che ne derivano. È ciò che separa un cattivo comportamento e la rispettiva punizione, ma è anche lo spazio che si crea tra Resistenza e ricompensa.

Trucchetti con il tempo

Può giocare ancora più d'astuzia. Immaginate che ci sia una meravigliosa ricompensa in vista per qualcuno che abbia compiuto un atto proattivo positivo più o meno dieci anni prima. Seguitemi molto attentamente. Ora, nel preciso istante in cui viene compiuta una nuova cattiva azione, l'Avversario sottrae *tempo* al processo di causa ed effetto relativo all'azione positiva compiuta in precedenza. Che cosa succede? Tutto d'un tratto la persona che ha compiuto l'atto negativo si vede piovere dal cielo un premio: le sembrerà di ricevere la Luce in cambio del comportamento errato. Sembra che questa persona non solo l'abbia fatta franca con l'azione riprovevole, ma ne abbia addirittura tratto beneficio in altre aree della sua vita.

Oppure considerate questo scenario: una persona decide di *resistere* a un impulso reattivo negativo e sceglie di essere proattiva compiendo una buona azione. Ma proprio in quel momento il contraccolpo negativo dovuto a un'azione reattiva risalente al passato la investe. Perché? Come mai? Semplicemente perché il lasso di tempo che stava ritardando il giudizio viene istantaneamente eliminato per mano dell'astuto Avversario. E così, proprio dopo aver compiuto un meraviglioso atto di altruismo, la vita ci sferra un pugno in faccia senza preavviso.

Ciò crea l'illusione che la vita sia ingiusta e che la bontà non paghi. Questa visione della realtà assolutamente caoti-

ca dipende dalla nostra miopia, dal fatto che permettiamo al tempo di governare la nostra esistenza come un tiranno. Noi viviamo in base al momento e all'urgenza di gratificare - sempre e subito - i nostri impulsi reattivi nati dall'ego.

È arrivato il conto

Ma sapete una cosa? Ciascuno di noi deve affrontare le conseguenze delle proprie azioni negative - grandi o piccole che siano - prima o poi. Potete scommetterci. Potrebbero volerci mesi. Anni. Decenni. Perfino alcune esistenze, secondo gli anziani cabalisti.

E questo è uno dei motivi per cui la vita troppe volte appare alienante, caotica, imprevedibile e totalmente fuori controllo.

A proposito, il libero arbitrio è un dono così prezioso che vi dà persino la possibilità di mettere in dubbio tutte queste verità cabalistiche in merito al tempo, alla giustizia, alle conseguenze e al principio di causa ed effetto. E a ogni passo del cammino l'Avversario vi starà accanto ripetendovi che sono sicuramente dei concetti interessanti da leggere, ma difficilmente credibili o praticabili nel mondo reale. *(È proprio bravo, non c'è che dire!)*

L'arma dell'autocompiacimento

Secondo la Kabbalah spiritualità *non* significa scalare una montagna per entrare in comunione con Dio e con la natura fermandosi a meditare sulla riva di un ruscello mentre il canto degli uccelli celebra la bellezza del mondo. È un quadretto idilliaco, certo, ma non è questo lo scopo della vita. Così come spiritualità non vuol dire estraniarsi dal mondo fisico, isolarsi sulla cima di una montagna a contemplare la maestosità della natura. La Kabbalah ci insegna che questi *non* sono metodi efficaci per ottenere una crescita spirituale.

Noi, per così dire, siamo *scesi* dalla montagna per entrare in questo mondo fatto di caos, fatiche, tumulti e difficoltà al fine di confrontarci con tutto ciò che innesca le nostre reazioni. Solo così abbiamo l'opportunità di trasformare il nostro comportamento reattivo e diventare causa del nostro appagamento. La trasformazione: ecco in che modo riassembliamo il puzzle della Creazione. Come dice un vecchio proverbio:

> / *bravi marinai non nascono da mari tranquilli.*

In verità le nostre qualità positive non ci fanno guadagnare punti nella vita. Le nostre doti migliori, gli aspetti più nobili del nostro carattere non hanno alcuna utilità pratica quando si tratta di portare un appagamento più profondo, una Luce più intensa nella nostra esistenza. Tali tratti sono *già* in uno stato proattivo. In realtà è proprio il contrario: sono le carat-

teristiche negative, i nostri difetti a darci l'opportunità di conoscere un'effettiva trasformazione della nostra natura.

Siamo venuti al mondo per indurre cambiamenti positivi in noi e nel mondo che ci circonda. Una trasformazione positiva dovrà vincere resistenze, ostilità e ostacoli. Dobbiamo imparare ad accogliere a braccia aperte queste situazioni di difficoltà. Un uomo può vivere in una piccola città, in una graziosa casetta con uno steccato bianco e un bel giardino di cui lui si prende amorevolmente cura ogni giorno. La sua è un'esistenza piacevole, tranquilla. A novantacinque anni muore in pace nel sonno. Apparentemente sembrerebbe la vita ideale, ma era davvero questo lo scopo della sua venuta al mondo? In tutta la sua esistenza quest'uomo ha mai conosciuto una trasformazione ulteriore? A novantacinque anni era un essere diverso, più evoluto spiritualmente di quanto non lo fosse a trentacinque o a sessantacinque anni?

Alcune persone vivono settantanni come se fossero un giorno solo; altre vivono un giorno come se fossero settant'anni. La casetta con lo steccato bianco, il pensionamento anticipato, lo stile di vita semplice... tutto ciò porta all'autocompiacimento arbitrario e acritico. Il nostro Avversario può trasformare queste cose in armi: instillerà nel nostro cuore un senso di compiacimento, ci farà sentire soddisfatti di noi stessi allo scopo di non farci evolvere spiritualmente. E così ci accorgiamo - troppo tardi - che la nostra vita è stata vuota e senza senso.

Ma la cosa ancora peggiore è che alcune persone muoiono senza accorgersi di avere avuto un'esistenza vuota.

L'arma delio spazio

Ma perché, allora, sembra che alcune persone abbiano successo proprio grazie al loro comportamento reattivo ed egoista? Be', la parola chiave è proprio quel *sembra.* Sembra che le azioni in un determinato ambito della nostra vita non abbiano alcuna relazione con le conseguenze in altri ambiti. Ciò crea una meravigliosa illusione di spazio e separazione, e l'Avversario la sfrutta al massimo. Se siete uno squalo negli affari, l'Avversario ha il potere di reindirizzare il caos verso la vita privata. Se tradite la fiducia del vostro coniuge, l'Avversario potrebbe rivalersi sulla vostra sfera professionale.

Il novantanove per cento delle volte, le nostre aspirazioni e i nostri desideri sono radicati in noi dall'Avversario. Al contrario, quando la Luce generata dal nostro comportamento proattivo in ambito professionale si materializza nella nostra vita privata, l'Avversario farà sì che continuiamo a essere preoccupati per il lavoro. Se la Luce non si materializza sotto forma di un aumento dei profitti, ci convinciamo che il nostro comportamento proattivo non funziona. Non ci accorgeremo del fatto che all'improvviso il legame spirituale con i nostri figli sembra diventato più forte. O, forse, che una grave malattia mai diagnosticata è *svanita* grazie alla nostra rivelazione della Luce.

L'Avversario limita la nostra capacità di vedere e fa sì che ci focalizziamo sulle situazioni che alimentano il nostro

ego, perciò non riusciamo ad apprezzare e a godere della ricchezza che la vita ci offre.

L'altro modo in cui l'Avversario si serve dello spazio è il concetto di *luogo*. Lo spazio dona all'Avversario un posto in cui vivere. Ogni volta che reagiamo perdiamo la connessione con il regno del 99 per cento, e ciò crea uno spazio, un vuoto che l'Avversario sfrutta per fomentare il caos. Più grande sarà quello spazio, più grande sarà la presenza dell'Avversario e il caos da lui generato. Più forti saranno le nostre reazioni, maggiore sarà lo spazio che concediamo al nostro Avversario.

Ecco perché un puzzle acquista ordine e significato quando ogni tassello è al posto giusto: non c'è spazio tra i diversi pezzi. Aggiungere spazio tra una parte e l'altra crea disordine e caos. Maggiore è lo spazio, maggiore è il caos. Un tumore maligno diventa pericoloso perché si espande guadagnando sempre più spazio. La chemioterapia riduce il tumore e dunque lo spazio.

C'è un UNICO modo per eliminare lo spazio una volta per tutte: *eliminare* ciò che ci separa dal regno del 99 per cento.

Come?

Connettendoci al regno del 99 per cento. E questo lo possiamo fare *disconnettendoci* dal comportamento reattivo.

La nanotecnologia conferma la Kabbalah

Scienziati all'avanguardia nel campo della nanotecnologia stanno giungendo alle stesse conclusioni degli antichi cabalisti. Semplificando al massimo, la nanotecnologia è la scienza della manipolazione di atomi e molecole, una cosa che un tempo era addirittura inconcepibile. Il termine *nano* si riferisce a un nanometro (nm), traducibile in un miliardesimo di metro o in un milionesimo di millimetro. Per farvene un'idea pensate che in un nanometro ci stanno dai tre ai cinque atomi, dunque stiamo parlando dello spazio più piccolo possibile. Operare a questo livello può portare grandi benefici come, per esempio, sistemi di produzione non inquinanti; computer miniaturizzati; materiali incredibilmente resistenti e macchinari microscopici in grado di muoversi all'interno di un corpo umano per riparare un cuore malfunzionante atomo per atomo.

Ci rendiamo conto dei vantaggi della «riduzione dello spazio » anche in altri campi della tecnologia. Laddove lo spazio si restringe e la materia si riduce, la tecnologia diventa più potente. Pensate alla prima linea telefonica transatlantica via cavo: questa massiccia struttura consentiva approssimativamente trentadue telefonate. Si potrebbe desumere che per ottenere più chiamate basterebbe un cavo più grosso. E, in effetti, in passato la si pensava così. Oggi, invece, gli scienziati riconoscono che una minore quantità di materia - e quindi di spazio - equivale a una maggiore quan-

tità di energia pura. Un sottilissimo cavo in fibra ottica trasporta trecentoventimila telefonate in un semplice filo di luce. Splendido.

Ma per meglio cogliere il problema dello spazio serviamoci di una semplicissima analogia. Pensate al seguente raggruppamento di lettere:

FELICITÀ

Questa sequenza significa « felicità », ma se noi aggiungiamo anche un solo spazio a metà della parola, l'intero significato della parola stessa risulta inficiato. La parola non ha più alcun senso. Si trasforma in caos.

FELI CITA'

E allora come possiamo rimediare al caos? Basta eliminare lo spazio perché il caos si trasformi in felicità. La differenza tra uno scienziato e un cabalista è che il primo ricorre comunque a strumenti fisici - per quanto piccolissimi - per manipolare un atomo grazie alla nanotecnologia. Tutto ciò che è fisico concerne ancora lo spazio e quest'ultimo include sempre l'Avversario. Un cabalista manipola gli atomi attraverso la consapevolezza e la Luce e poiché nella Luce non esiste lo spazio, non c'è alcun Avversario che mandi tutto all'aria. Quando smettiamo di reagire, ogni spazio svanisce poiché in quel momento ci fondiamo con la Luce. E l'Avversario si ritrova senza casa. Tutti gli atomi che ci circondano seguono la guida della nostra anima contrastando la volontà del nostro Avversario. Quando noi raffor-

ziamo la nostra consapevolezza grazie alla Luce e alla saggezza della Kabbalah, il nostro destino ultimo sarà il pieno controllo di spazio, tempo e materia. La Kabbalah è la forma più pura di nanotecnologia. Non c'è dubbio.

L'arma del mascheramento

Una delle armi più potenti di cui si serve l'Avversario è la capacità di confonderci. Ci sentiamo tristi e disorientati, pieni di rabbia e di invidia, e non sappiamo mai chi sia realmente il nostro Avversario.

Siamo così travolti dal marasma della nostra vita - organizzare fusioni e acquisizioni, firmare contratti, accumulare soldi, ottenere promozioni, fare carriera, litigare, divorziare, intentare causa, subire interventi al cuore, malignare, pugnalare alle spalle, spettegolare, elucubrare, giustificarci, biasimare... - che finiamo per credere che gli avversari siano i nostri amici o i vicini di casa. E allora vogliamo a tutti i costi dimostrarci migliori di loro sfoggiando una nuova automobile, una casa più bella, vestiti firmati o facendo vacanze da sogno. A volte, invece, crediamo che l'Avversario sia il nostro diretto concorrente negli affari. O il collega che si prende tutto il merito per il lavoro che abbiamo fatto noi. O forse l'Avversario è il mondo intero così corrotto, o il sistema che ci schiaccia e ci rema contro. Forse è per questo che le nostre esistenze sono votate all'infelicità.

Ma le cose non stanno così. L'Avversario è il più potente dei maghi. Un genio del travestimento. L'Avversario sa come mimetizzarsi dietro le sembianze del nostro prossimo e così voi riconoscete negli altri quelle che sono le *vostre* colpe e credete che l'altro sia il nemico. In realtà state giocando

contro l'Avversario, ma *non lo sapete riconoscere.* Arrivate perfino a dubitare che esista, anche *adesso*, anche se state leggendo un libro sulla Kabbalah in cui vi viene chiaramente svelata la sua identità!

Se qualcuno vi fa un torto e voi reagite, avete perso. Vi dirò di più, secondo la Kabbalah, *meritavate di ricevere un torto da quella persona* a causa di una cattiva azione che in passato avete commesso in una determinata area della vostra vita. È un comportamento proattivo fondamentale ricordarsi di questa dura verità la prossima volta che la vita vi sbatterà una porta in faccia.

H Sesto Principio Spirituale della Kabbalah, perciò, afferma:

Mai - assolutamente mai - addossare la colpa agii altri o alle circostanze esterne.

Smascherare il nostro vero Avversario

Vi consiglio una tecnica pratica ed efficace per aiutarvi a rispettare il Sesto Principio Spirituale: ogni volta che qualcuno si comporta in modo veramente scorretto con voi, cercate di visualizzare l'Avversario mentre sussurra nell'orecchio di quella persona, ispirandole il comportamento negativo. Guardate a quella persona come a un burattino totalmente in balia dell'Avversario. Date a *lui* la colpa. Immaginatevelo mentre ride alle vostre spalle intanto che cerca di seminare zizzania e scatenare ostilità tra di voi.

Come vi sentite adesso? Un approccio di questo tipo dovrebbe aiutarvi a mitigare le emozioni reattive nei confronti di questa persona, e mettervi nella giusta disposizione d'animo per affrontare il lavoro spirituale che comincia quando guardate dentro di voi. A questo punto potete rendervi conto che l'Avversario sta bisbigliando qualcosa anche a voi. Tutti i sentimenti negativi vi erano stati suggeriti da lui. Per tutto il tempo non ha fatto altro che spingervi *a* proiettare ogni vostro tratto negativo sull'altra persona. Di fatto, se riuscivate a scorgere le pecche altrui, e a reagire, è *solo* perché siete voi i primi ad averle.

Resistenza e cortocircuiti

Quando i cabalisti parlano di Luce con la *L* maiuscola si riferiscono alla Luce infinita del Creatore, la fonte di ogni nostro appagamento. Quando invece trattano di luce con la / minuscola intendono parlare della luce del sole o di una lampadina. Questi due tipi di luce, comunque, presentano analogie.

Sapete come funziona una lampadina? Al suo interno ci sono tre componenti:

1. Un polo positivo (+).

2. Un polo negativo (-).

3. Un filamento che separa i due poli.

Il componente più importante è il filamento. Tecnicamente viene definito l'elemento « resistivo », perché il suo compito è quello di respingere la corrente inviata dal polo positivo e di impedire che si connetta direttamente con il polo negativo. Questa resistenza - ovvero l'atto di respingere l'energia - è ciò che permette alla lampadina di illuminare. Quando il filamento si rompe, il polo positivo entra direttamente in contatto con quello negativo provocando un cortocircuito. Dopo aver emesso un lampo di luce intensa, la lampadina si brucia. Si fa il buio. In altre parole, senza la resistenza non può esserci una Luce durevole.

La metafora della lampadina applicata al Mondo Senza Fine

» H polo negativo corrisponde al Vaso.

- Il polo negativo corrisponde alla Luce.

- Il filamento corrisponde all'atto di Resistenza compiuto dal Vaso, atto che provocò il Big Bang.

Nel momento in cui nel Mondo Senza Fine il Vaso oppose Resistenza e smise di ricevere la Luce, passò dallo stato reattivo a quello proattivo. Da quell'atto di *Resistenza*, deriva il principio che regola i due tipi di luce (sia quella con la *L* maiuscola sia quella con la l minuscola).

La metafora della lampadina applicata alla vita

- Il polo negativo corrisponde ai nostri desideri reattivi.

- Il polo positivo corrisponde all'appagamento e alla **Luce** che cerchiamo di ottenere nella vita.

- Il filamento corrisponde al libero arbitrio che ci consente di scegliere di NON reagire, rinunciando così alla gratificazione immediata.

Proprio come la resistenza del filamento tiene accesa la lampadina, la nostra resistenza al comportamento reattivo fa sì che la Luce spirituale continui a risplendere. Quando invece non riusciamo a resistere e cediamo agli impulsi reattivi, si crea un cortocircuito poiché viene a crearsi un contatto diretto tra il nostro desiderio reattivo (il polo negativo) e la Luce della gratificazione (il polo positivo). Per un istante si verifica un lampo di piacevole autocompiacimento, ma poi si fa buio perché la « lampadina », l'anima, è bruciata a causa del cortocircuito.

Un universo di Resistenza

L'idea che la Luce per manifestarsi abbia bisogno della Resistenza ricorre in ogni area della nostra vita. Il suono di un violino nasce dalle onde sonore prodotte dalla Resistenza che l'archetto oppone alle corde. Riusciamo a sentire la musica perché i nostri timpani oppongono Resistenza al suono. Ecco il potere creativo apparentemente magico della Resistenza.

Per chiarire ulteriormente il concetto, pensate a quelle stupefacenti immagini del pianeta Terra visto dallo spazio: risplende come uno zaffiro blu che si staglia sul velluto nero dell'oscurità. Anche qui entra in gioco la Resistenza: l'atmosfera terrestre *resiste* alla luce del Sole e in questo modo ottiene quell'effetto di luminosità. Nel vuoto cosmico, invece, non si verifica alcuna Resistenza e il risultato è l'oscurità assoluta, nonostante il vuoto sia permeato di luce solare.

Grazie al libero arbitrio gli esseri umani possono *resistere* alla piacevole energia prodotta dagli impulsi reattivi. Il libero arbitrio può esserci soltanto se qualcosa di potentissimo tenta di convincerci a non resistere: è proprio questo lo scopo dell'Avversario e degli ostacoli che ci pone davanti.

Il Settimo Principio Spirituale dichiara:

Resistere ai nostri impulsi reattivi crea una Luce durevole.

L'Ottavo Principio Spirituale dichiara:

Un comportamento reattivo produce
intensi lampi di luce, ma alla
fine lascia dietro di sé l'oscurità.

Reprimere o Resistere?

Esiste una sottile linea di demarcazione tra il reprimere le nostre emozioni e interrompere il flusso del nostro sistema reattivo. Reprimere le emozioni provoca uno stress prolungato. A poco a poco le emozioni represse si fanno sempre meno gestibili. La pressione sale e alla fine... esplodiamo!

In un primo momento la Resistenza richiede uno sforzo arduo, ma quasi subito è seguita dalla tranquillità e dalla chiarezza. Per esempio, se qualcuno ci fa arrabbiare e noi mettiamo in atto con sincerità il concetto spirituale di Resistenza, invece di reagire aggressivamente come al solito, nel nostro cuore non ci sarà animosità. Non coviamo desideri di vendetta. Non ci sentiamo offesi o feriti. Se proviamo questo genere di sentimenti, se ci lasciamo travolgere dal dramma del momento, significa che non siamo riusciti a riconoscere l'opportunità spirituale che ci viene offerta. Questo è un indizio.

Se ci renderemo conto che la rabbia e gli altri sentimenti negativi sono soltanto test cui la Luce ci sottopone per eliminare il Pane della Vergogna, avremo la certezza di avere opposto Resistenza. Percepiremo la splendente presenza della Luce che è emersa dalla nostra azione spirituale. La *conosceremo.*

All'inizio, lo sforzo di resistere sarà una combinazione tra l'atto di reprimere e un'autentica Resistenza. Ma è una co-

sa normale. Questo sforzo eliminerà gradualmente i vari strati di emozioni reattive. A poco a poco lo sforzo costante per resistere ripulirà la vostra natura dai comportamenti sconsiderati, dai desideri egoistici e dai pensieri negativi. La *certezza* che stiamo ricevendo la Luce, e la *consapevolezza* del processo che è in corso, sono importanti quanto i nostri sforzi di resistere.

L'atto di opporre Resistenza alle emozioni reattive viene messo a punto e perfezionato attraverso l'esercizio. Via via che sperimentiamo tale processo, e interiorizziamo questi principi spirituali, diventiamo più abili nell'arte della Resistenza.

Imparare a gestire o resistere?

Quando resistiamo all'impulso di reagire e lasciamo che la luce inondi il nostro essere, l'energia spirituale che riceviamo ha il potere di trasformare e purificare la nostra coscienza. Per esempio, saper semplicemente gestire un attacco d'ansia non consente di estirpare la radice della nostra paura né di evitare che si ripresentino altri attacchi.

La Resistenza, invece, riesce a farlo. Se resistiamo con la ferma convinzione e l'intento di eliminare il Pane della Vergogna, le nostre azioni andranno dritte al cuore del problema. In altre parole, la certezza di trasformarsi da entità reattive in esseri proattivi genererà Luce, e sarà proprio quest'ultima a mostrarci la radice nascosta che alimenta la nostra ansia. Inoltre, la Luce scioglierà quel nodo esistenziale e a poco a poco ci libererà dal panico. Nella dimensione della Luce - nell'altra realtà - la negatività non esiste. Grazie alla Resistenza possiamo accedere a quel regno per purificare la nostra coscienza e sradicare una volta per tutte l'ansia che ci opprime.

Ronnie (uso un nome fittizio) studia la Kabbalah da circa sei anni. Ci racconta della sua esperienza relativa agli attacchi d'ansia, chiarendo efficacemente la differenza che esiste tra *imparare a gestire* e *resistere.*

> *Prima di avvicinarmi alla Kabbalah mi bastava fare qualche chilometro in macchina per avere un violento attacco*

di panico. Andavo in iperventilazione e avevo la sensazione di non riuscire più a respirare. Quando dovevo prendere un aereo mi imbottivo di dramamina e Ativan, un tranquillante. Se mi toccava guidare per un tragitto lungo prendevo mezza pasticca di Ativan. La mia vita era arrivata a un punto morto. Così cominciai una terapia comportamentale che mi aiutò a gestire gli attacchi. Alla fine non avevo più bisogno di prendere le pillole, ma dovevo tenerle sempre in tasca per ogni evenienza, per sentirmi tranquillo. La terapia - insieme alle tecniche di rilassamento - mi aiutarono a gestire la mia ansia. Ma era comunque un compromesso. Non era vita, quella: era semplice sopravvivenza!

Poi ho scoperto la Kabbalah. Per farla breve, studiare la Kabbalah, servirmi dei suoi strumenti - tra cui la Resistenza - mi ha aiutato a individuare la causa profonda del mio problema, che era di natura spirituale, non fisica. Ho dovuto attraversare un periodo di purificazione, ho dovuto fare i conti con alcuni nodi irrisolti, vivere una crisi catartica, e finalmente ne sono uscito. E come se i ricordi e le esperienze relativi a quegli attacchi d'ansia fossero stati totalmente cancellati dalla mia coscienza, è questa la cosa che mi ha sorpreso di più. Ricordo la prima volta che misi piede su un aereo - tratta New York-Los Angeles, cinque ore di volo - senza aver preso tranquillanti (e senza averli neppure in tasca). Durante il volo non sentii il bisogno di ricorrere alle tecniche di rilassamento. Non facevo pensieri angosciosi. Non facevo previsioni. Niente. Non avevo neppure la tipica euforia che provi dopo aver superato un attacco. Ero assolutamente tranquillo perché ormai ero un essere umano (spirituale) normale che aveva estirpato dalla sua anima l'origine nascosta dei suoi attacchi d'ansia.

Gli ostacoli come fonte di gioia: un modo diverso di vedere le difficoltà della vita

Come si è detto, la trasformazione spirituale non significa cercare di sfuggire ai problemi bruciando incensi e recitando mantra per far sparire le nostre preoccupazioni. Al contrario, dobbiamo confrontarci con le situazioni caotiche e con le nostre modalità di reazione.

Per aiutarci a portare più Luce nella nostra vita, la Kabbalah ci offre il Nono Principio Spirituale:

Gli ostacoli ci offrono l'opportunità di connetterci alla Luce.

Più numerose sono le barriere che incontriamo, più possibilità abbiamo di attingere alla Luce. Più ostacoli ci sono, più numerose sono le micce che innescano le nostre reazioni e di conseguenza maggiore sarà anche la possibilità di resistere e trasformarle. « Più ce n'è, meglio è! » Dopotutto, lo scopo della nostra vita è *trasformarci* (vedi il Quarto Principio Spirituale), e *solo* un ostacolo può darci questa opportunità!

Più grande è, meglio è

La Resistenza che noi opponiamo in una determinata situazione determina anche la *quantità* di Luce che riceveremo. Pensate a un sassolino nello spazio: riflette e genera una quantità di luce direttamente proporzionale alle sue dimensioni. E se invece di un sassolino ci fosse uno specchio gigantesco? Ci sarebbe una Resistenza molto più grande, dunque molta più Luce.

Questo semplice principio è la chiave per determinare la quantità di Luce che generiamo. Più Luce riflettiamo, più ne riceviamo. Più *resistiamo* al nostro comportamento reattivo, più felicità e piacere pervaderanno la nostra esistenza.

Funziona così:

- Più grande è il problema da affrontare, più forte sarà il nostro impulso a reagire.
- Più forte è la nostra reazione, maggiore sarà la Resistenza che dovremo opporle.
- Maggiore è la Resistenza che opponiamo, maggiore sarà la quantità di Luce nella nostra vita.

Perciò la prossima volta che vedrete profilarsi all'orizzonte una sfida davvero impegnativa ricordatevi del Decimo Principio Spirituale:

Più grande è l'ostacolo, più grande è la Luce potenziale.

La via della massima Resistenza

La maggior parte delle persone tende a scegliere la via della Resistenza minima. Quasi tutti cercano situazioni facili, comode. Ma la comodità non produce una Luce duratura. Dobbiamo imparare a evitare ciò che è facile e comodo e buttarci invece a capofitto nelle situazione «scomode», perché solo così possiamo applicare la massima Resistenza. Effettivamente, in un primo momento, questa via può creare disagio o sofferenza, ma è l'unica strada per raggiungere un appagamento duraturo. Per quanto possa sembrarci difficile, dobbiamo dare il benvenuto ai problemi e agli ostacoli, non tentare di evitarli, perché sono vere e proprie opportunità di evoluzione spirituale.

L'opportunità da un milione di dollari

Siamo stati programmati a evitare i problemi e a scansare gli ostacoli. Siamo stati abituati a confutare e respingere le opinioni e le argomentazioni altrui, sia degli amici sia dei nemici.

Ipotizziamo che vi troviate in gravi difficoltà economiche. Arriva Dio e vi fa una proposta: vi darà un milione di dollari ogni volta che qualcuno vi ferirà o vi farà un torto... ma a patto che *non* vi lasciate coinvolgere da sentimenti reattivi. In pratica non potete prenderla sul personale.

Quale sarebbe, allora, il vostro pensiero costante?

Non fareste che pregare Dio perché vi faccia incontrare persone che vi feriscano. Ogni mattina vi svegliereste con il chiodo fisso di trovare relazioni difficili, persone sgradevoli e situazioni caotiche!

La legge del « Tikkun »

Come le tradizioni spirituali orientali, la Kabbalah insegna che ciascuno di noi arriva in questo mondo portandosi dietro una « valigia » dalle esistenze precedenti. In questa valigia ci sono tutte le situazioni che ci hanno mandato in cortocircuito nelle nostre vite passate o in un momento dell'esistenza attuale che non riusciamo a ricordare. Ogni volta che non sappiamo opporre Resistenza al nostro comportamento reattivo saremo tenuti a correggerlo in un determinato punto nel futuro. Questo concetto di correzione è chiamato « Tikkun ». Possiamo avere un *Tikkun* con il denaro, le persone, la salute, l'amicizia o le relazioni. C'è un modo molto semplice per identificare il proprio *Tikkun:* tutto ciò che ci crea disagio è una parte del nostro *Tikkun.*

Anche tutte le persone che veramente ci infastidiscono e ci annoiano sono parte del nostro *Tikkun.* Se troviamo difficile dire di no a una persona che ci telefona all'ora di cena cercando di venderci qualcosa, è quello il nostro *Tikkun* e deve essere corretto. Se ci imbarazza chiedere lo sconto all'altezzoso commesso di una boutique, di sicuro quello è il nostro *Tikkun.* Se facciamo fatica ad affrontare un impiegato o un datore di lavoro, la causa scatenante va ricercata nel concetto di *Tikkun.*

Quando non riusciamo a correggerlo resistendo al nostro comportamento reattivo, sarà ancora più difficile apportare una correzione in quella determinata area la volta suc-

cessiva. Quel particolare tratto reattivo si rafforza. Il nostro Avversario si rafforza. Non soltanto dovremo affrontare nuovamente il problema, ma sarà anche emotivamente molto più arduo mettere in atto la Resistenza. E la prossima volta non significa necessariamente la prossima vita: quelle medesime correzioni possono ripresentarsi incessantemente nella nostra incarnazione attuale.

A volte è fin troppo facile dare la colpa dei problemi che incontriamo in questa vita a un'esistenza passata. Di solito combiniamo abbastanza casini in questa vita per garantirci il caos che ci travolge. È questa la ragione spirituale per cui si ripresentano sempre gli stessi problemi. Potrebbero benissimo emergere con persone diverse a distanza di anni, ma si tratta sempre dello stesso problema di fondo.

Cercare conforto e fuggire il nostro *Tikkun* genera una gratificazione e un sollievo momentanei, ma sul lungo periodo porta con sé il caos. Invece, *più grande è l'ostacolo, più grande è la Luce potenziale.*

Una volta compreso ciò, non possiamo più considerarci vittime. Anche se ci piace, non possiamo dolerci delle fatiche, dei problemi e delle situazioni « scomode » che ci si presentano, perché tutte quelle difficoltà sono lì per far scendere la perenne Luce dell'appagamento nella nostra vita. Prima, però, c'è un *Tikkun* che deve essere corretto.

Ricomincio da capo

Se non avete mai visto *Ricomincio da capo (Groundhog Day),* andate a noleggiarlo appena avete finito di leggere questo libro: è una perfetta dimostrazione di come funziona il principio cabalistico del *Tikkun*.

Nel film Bill Murray interpreta Phil Connors, un giornalista che si occupa di previsioni del tempo e che incarna il carattere più reattivo possibile. Ecco un breve riassunto del film:

Phil Connors si crogiola nell'autocompiacimento, nella vanità e nell'indifferenza per tutto ciò che lo circonda. Ma Phil resta incastrato in una distorsione temporale e si ritrova intrappolato nella data del 2 febbraio, il Giorno della Marmotta.

Lo stesso giorno si ripete continuamente e lui è l'unico a saperlo. All'inizio è divertente perché Phil approfitta della situazione e cerca di scoprire tutto quello che può dell'ambiente e delle persone che lo circondano allo scopo di manipolarli e trame vantaggio. Ma una volta passato il piacere momentaneo, quella situazione si trasforma in un incubo e Phil non riesce a trovare neppure un briciolo di gioia duratura.

Arrivato al punto di suicidarsi, si risveglia comunque la mattina successiva e si ritrova nella stessa città a rivivere

i medesimi eventi. Non c'è via di scampo, neppure la morte. Alla fine, dopo aver sopportato tremende sofferenze, decide di cambiare se stesso dal momento che non può cambiare il mondo che lo circonda. Comincia a compiere buone azioni e ad aiutare coloro che sperimentano le stesse difficoltà ogni giorno.

Improvvisamente Phil conosce il vero appagamento. Ispirato da questa Luce viene preso dalla smania di condividere con tutta la città e, così facendo, si fa voler bene da tutti. Alla fine conquista la ragazza dei suoi sogni e l'incubo finisce. E riuscito a spezzare il cerchio e si risveglia in un giorno nuovo di zecca tra le braccia del suo amore. La sua prigione si è trasformata in un paradiso!

Ecco la legge del *Tikkun*, ed ecco perché a volte la nostra vita ci dà la sensazione di essere intrappolati in un brutto film.

Spezzare il cerchio

All'inizio è divertente cedere al comportamento reattivo. Ci approfittiamo degli altri e facciamo tutto per il nostro tornaconto. Ma alla fine il *contraccolpo* ci aspetta al varco ed ecco che ci ritroviamo impantanati nel caos e nel dolore. Giorno dopo giorno ci troviamo a dover affrontare sempre gli stessi problemi, eppure non impariamo mai la lezione: non riusciamo a cogliere la connessione tra le nostre reazioni e il caos in cui ci dibattiamo.

Ma poi - dopo aver vissuto anno dopo anno, esistenza dopo esistenza, in questo orribile incubo circolare - nel momento in cui raggiungiamo un punto di sofferenza insostenibile, ecco che conosciamo una sorta di risveglio. Ci imbattiamo in un libro sulla Kabbalah e capiamo che *fermare* le nostre reazioni, sconfiggere l'ego e prendersi più cura delle persone che ci circondano invece che del nostro Avversario, porta effettivamente nella nostra vita la vera Luce. Prima non avevamo mai sperimentato questo genere di Luce durevole perché avevamo finito per assuefarci agli « sballi » e ai brividi della reattività. Ma questa *Luce durevole è* diversa. Ci fa stare bene. Bene davvero. *Ecco che cos'è la vera felicità!*

Adesso siamo motivati a trasformare tutti i nostri impulsi reattivi e a vivere in uno stato proattivo. Troviamo la nostra anima gemella e possiamo vivere per sempre nella Luce.

E, per inciso, ricordatevi che non dobbiamo raggiungere il punto di sofferenza massima per svegliarci.

Nel momento in cui cominciate a fare vostri gli insegnamenti della Kabbalah, tutto cambia.

Resistenza in azione

Ecco una serie di situazioni che vi aiuteranno a comprendere meglio il concetto di Resistenza e le opportunità insite nelle situazioni critiche che fanno parte di un *Tikkun:*

RESISTENZA ALL'EGO

Vi trovate tra amici o colleghi di lavoro. Tutti parlano, ciascuno ostenta le sue competenze riguardo un determinato argomento, ma vi è chiaro che ne sapete più di chiunque altro. Sentite l'urgenza di parlare e di sfoggiare la vostra conoscenza. Resistete: è il vostro Ego! Non aprite bocca, non dite una parola. Riconoscete quest'opportunità spirituale e lasciatela andare. La Luce entrerà e voi potrete apprendere qualcosa di prezioso dalla conversazione.

RESISTENZA ALL'EGO INVERSO

Al termine di una riunione di lavoro tutti fanno domande tranne voi. Vi sentite sotto pressione. Siete insicuri. Avete paura di quello che gli altri potrebbero pensare. Vi sentite a disagio, in imbarazzo. La vostra prima reazione sarebbe di cedere all'insicurezza. È la sindrome da Ego inverso, quella che vi fa pensare di non essere all'altezza. Resistete! Abbandonatela! Preoccuparsi di quello che pensano gli altri è un comportamento reattivo. Poi vedrete che sarete avvici-

nati da una mezza dozzina di persone che attaccheranno discorso con voi. Vi accorgerete che la vostra insicurezza non aveva alcuna ragion d'essere e che nessuno l'aveva notata.

RESISTENZA ALLA PIGRIZIA

Vi viene un'idea magnifica. All'inizio siete eccitatissimi e vi date da fare per metterla a punto. Poi entra in gioco la tendenza a procrastinare. E cominciate a rimandare. Resistete alla pigrizia! Resistenza non significa necessariamente fermarsi e smettere di agire. Spesso significa arrestare il desiderio di fermarsi e di avvitarsi sui propri pensieri. In pratica, il vostro *Tikkun* non è in grado di finire ciò che avete cominciato.

RESISTENZA AL GIUDIZIO

Scoppia un litigio tra i vostri famigliari o tra vostri amici. Uno dei litiganti vi racconta la sua versione e voi inorridite: siete già pronti a emettere la vostra sentenza e a schierarvi. Resistete! Lasciate perdere le vostre emozioni. Ascoltate l'una e l'altra campana. È probabile che il vostro *Tikkun* sia connesso a un comportamento censorio. Scoprirete che ogni medaglia ha sempre due facce.

Ecco una fondamentale e profonda legge universale: secondo la Kabbalah le vostre azioni reattive, i vostri peccati e il vostro comportamento negativo non possono assolutamente ritornare a castigarvi come giudici implacabili. Le vostre parole e le vostre confessioni non potranno mai a in-

fliggervi una punizione. Neanche quella forza che chiamiamo Dio può giudicarvi. Il cosmo non vi penalizzerà mai. Questo è un principio della Kabbalah scolpito nella pietra. Quasi incredibile, vero?

Ma allora perché richiamiamo così tanti « castighi » nella nostra vita? Buona domanda.

La Kabbalah afferma che il mondo è organizzato strategicamente e costituito in modo tale che tutte le persone nella nostra vita - dagli amici più cari alle conoscenze casuali, dai famigliari più stretti agli sconosciuti che incontriamo per la strada - commettono i nostri stessi peccati. Ecco cosa accade: i tratti negativi altrui si paleseranno nel corso della nostra vita quotidiana. Nel momento in cui scegliamo di giudicare (a ragione o a torto) un altro individuo, inneschiamo il processo contro di noi. Soltanto le parole che diciamo contro il nostro prossimo permettono all'Avversario di infliggerci il contraccolpo indotto dalle nostre reazioni passate. Solamente quando diamo un giudizio su un'altra persona l'Avversario può emettere un verdetto di colpevolezza contro di noi.

Invece, se opponiamo Resistenza e ci asteniamo dal giudicare gli altri, non verremo giudicati. Pensate a come potrebbe essere, a che mondo gentile, misericordioso e clemente avremmo se soltanto smettessimo di giudicare gli altri ricorrendo allo strumento della Resistenza.

Dunque, se preparate la vostra mente a *resistere* a tutti gli atti di giudizio, potrete proteggervi dai vostri stessi atti deplorevoli e codardamente reattivi.

RESISTENZA AL RIPIEGAMENTO SU SE STESSI

Dovete prendere una decisione importante e siete preoccupati per i risvolti che questa potrà avere sulla vostra vita. Fate considerazioni, analizzate, vi preoccupate, vi consumate, vi affannate e vi sforzate. Resistete alla tendenza ad angosciarvi per voi stessi! Uscite e fate qualcosa di buono per qualcun altro. Investite un po' del vostro tempo nell'aiutare gli altri a risolvere i loro problemi. Se uscite dal vostro guscio, le soluzioni arrivano quando meno ve lo aspettate.

RESISTENZA ALL'AUTOCOMPIACIMENTO

Avete fatto qualcosa di strepitoso e rutti tessono le vostre lodi. Ora avete la tentazione di rivivere quel momento di gloria e di replicarlo all'infinito nella vostra niente. Resistete a questo « self-service » dei ricordi! Pensate più in grande. Che altro potete fare? Qual è il prossimo passo? Mettetevi in marcia verso nuove imprese positive.

RESISTENZA AGLI IMPULSI CATTIVI

Le cose non stanno andando bene. Vi sentite un po' giù e non proprio sicuri di voi stessi. Un bel giorno arriva la telefonata di un amico. Dopo i soliti convenevoli, il tizio comincia a parlare male di un amico comune. La conversazione vi assorbe: fare a pezzi qualcun altro vi fa sentire meglio, perché venire a sapere dei suoi problemi cambia la percezione della vostra situazione. Resistete alla tentazio-

ne del pettegolezzo e a quella di parlare male degli altri! In termini cabalistici si commette peccato di omicidio non solo quando si uccide fisicamente un uomo ma anche quando se ne stronca la reputazione. Porre fine alla telefonata o cambiare argomento, quindi, equivale a salvare la vita alla persona in questione. Ciò libererà la Luce in tutta la sua potenza, cosa che vi aiuterà a risolvere i vostri problemi.

RESISTENZA AL CONTROLLO

Siete uno scrittore in erba e avete appena terminato quello che secondo voi è un grande libro. Lo fate leggere a un amico, che si dà il caso sia un editor. Vi aspettate grandi lodi, ma ricevete svariate critiche. Prendete la batosta come un attacco alla vostra persona e cominciate a perdere fiducia. *Resistete!* La vostra reazione significa che credete che la vera fonte di ciò che avete scritto siete voi, non la Luce. Ma i veri artisti sanno di essere solo un canale. Inoltre, anche la *critica* proviene dalla Luce. Allora rinunciate al controllo. Abbiate fede in questo percorso e lasciate andare l'attaccamento alla vostra opera.

RESISTENZA AL SENSO DI COLPA

Avete commesso un errore, uno davvero grosso, così vi autopunite in ogni modo possibile. Portate tutto il peso della colpa. *Resistete* a questo impulso all'autodistruzione! Abbandonatelo. Abbracciate la verità della Kabbalah: in ognuno di noi ci sono due lati, proattivo e reattivo, la Luce e la tenebra, l'anima e Satana, la parte che ha bisogno di

essere corretta e cambiata e quella a immagine e somiglianza di Dio che ci aiuterà a trasformarci. Non chiudete gli occhi di fronte al fatto che possiamo compiere errori, ma guardate a questo come a un'opportunità. Cadere e rialzarsi è il modo in cui noi creiamo la trasformazione spirituale.

RESISTENZA ALLE ASPETTATIVE

Avete molte aspettative riguardo al vostro lavoro, ma non si concretizzano. Vi aspettate certe reazioni dagli amici, ma non arrivano. Sapete come certe persone dovrebbero trattarvi dopo tutto quello che avete fatto per loro, ma si rivelano degli ingrati. Avete sognato a lungo questa *vacanza* e il risultato *è* che piove tutti i giorni e vi rubano anche la carta di credito. Resistete a tutti i sentimenti di delusione! Date uno stop al vittimismo. Qualcosa di meglio è in arrivo. Abbracciate il principio cabalistico di chiedere la Luce per ciò di cui avete bisogno nella vita, non per ciò che volete. Arriverà la vera felicità e capirete la ragione della vostra delusione.

Qualche anno fa un amico - lo chiamerò Robert - mi raccontò che suo fratello *aveva* fatto uno strano sogno, nel quale si vedeva completamente nudo. Secondo la Kabbalah, questa immagine può essere interpretata come un cattivo auspicio.

Robert disse a suo fratello di comprarsi un'edizione dello *Zohar,* che secondo la tradizione ha il potere di proteggere chi lo possiede. Ma il fratello era uno scettico, così fu Ro-

bert a comprarglielo e fargliene dono. Sorprendentemente accettò il regalo.

Pochi giorni dopo, il fratello di Robert stava correndo all'aeroporto per prendere un aereo per Parigi. L'aeroporto era affollatissimo. Mentre cercava di farsi largo tra la folla, pensava che tutto quel che voleva era prendere quell'aereo, perché doveva essere a Parigi per questioni di lavoro. Ciò nonostante, perse il volo e la cosa lo fece andare su tutte le furie, soprattutto quando seppe che il suo bagaglio era già stato caricato.

L'aereo che il fratello di Robert perse era il volo 800 della TWA per Parigi che il 17 luglio 1996 si schiantò al suolo pochi secondi dopo il decollo. Una terribile tragedia nella quale persero la vita tutte le duecentotrenta persone a bordo. Perdere l'aereo non era certo quello che il fratello di Robert voleva. Questo è un esempio piuttosto drammatico di come la Luce ci porti ciò di cui noi abbiamo realmente bisogno e non quello che potremmo volere. C'è sempre un disegno più grande.

RESISTENZA ALLA MANCANZA DI FIDUCIA

Dovete parlare in pubblico, oppure siete i responsabili di un progetto molto importante. La vostra reazione naturale potrebbe essere: «Non ce la faccio, non sono all'altezza, non voglio che gli occhi di tutti siano puntati su di me ». Si tratta di Ego inverso. Smettete di pensare in modo così limitato. Non siete al centro del mondo. C'è un disegno più grande che comprende altre persone, non solo voi. Concen-

tratevi su come aiutare gli altri a ottenere quello di cui hanno bisogno, così scoprirete che è possibile riuscire a fare le cose senza sforzo.

RESISTENZA ALL'EGOISMO

Arrivate a casa dopo una giornata infernale. C'è una questione di lavoro che vi arrovella. I bambini richiedono la vostra attenzione, ma siete troppo intenti a mettere a punto la vostra strategia. Con i figli giocherete un'altra volta: dopo tutto - vi dite - è per la famiglia che state facendo tutto questo. Balle! Resistete a queste reazioni puerili, che si autoalimentano. Fate tutto solo per voi stessi. L'eccitazione per il nuovo affare. Il profitto e il potere: sono normalissimi impulsi egoistici. Regalate un po' di tempo ai vostri bambini quando è più difficile farlo.

Quella che segue è una storia vera, raccontata da un vecchio studioso della Kabbalah:

> *Ero la tipica persona ambiziosa, perennemente impegnata a fare soldi. Ovviamente ero convinto di farlo per mia moglie e i miei figli. Cominciai a studiare la Kabbalah e scoprii che ci sono due generi di appagamento: il piacere a breve termine della gratificazione del proprio ego e l'appagamento, che è eterno. Lo si raggiunge quando i nostri sforzi sono orientati a condividerlo con gli altri. Il novantacinque per cento delle persone cerca disperatamente di ottenere l'appagamento per soddisfare i propri desideri, cioè per appagare i propri bisogni egoistici. Comprendevo questo principio cabalistico in termini razionali, ma non*

riuscivo ma a interiorizzarlo e *a viverlo, almeno finché non mi trovai in grossi guai finanziari.*

Vivevo a Los Angeles, nella casa che avevo sempre sognato, quando le cose cominciarono ad andare male. Pensai: « È questo il mio cammino spirituale? » Credevo di avere tutto. « Che cosa sta succedendo? » Ma non avevo ancora capito che cosa davvero significasse quel « tutto ». In quel momento così difficile, anche per allentare lo stress, mia moglie e io decidemmo di guardare la cerimonia di consegna degli Oscar: non me n'ero persa una sin da quando ero bambino. Avevo sempre sognato di salire un giorno su quél palco per pronunciare il mio discorso di ringraziamento per aver ricevuto il premio per il miglior film dell'anno.

I soldi erano praticamente finiti, ma mia moglie e io ci concedemmo il lusso di comprare qualche piatto pronto - non ce lo saremmo proprio potuto permettere - solo per tirare un po' il fiato di fronte a tutto quello che stava succedendo. Quando ci sedemmo davanti alla TV, il preshow era già cominciato: gli attori stavano facendo il loro ingresso, tra fan e fotografi. Rifugiarsi in quel mondo anche soltanto per un attimo era un vero sollievo.

Ho quattro figli. H più grande venne da me e mi disse: « Papa, lo spettacolo è più importante di me? » All'epoca aveva nove anni e io ringraziai Dio per la Kabbalah, perché compresi che si trattava di una prova, di un'opportunità. Risposi: « Ovviamente no » e David replicò: « Bene, allora giocherai con me invece di guardarlo? »

Con un po' di vergogna, devo ammettere che ero combattuto: volevo guardare gli Oscar e non mi andava molto di giocare. Ma la Kabbalah mi aveva insegnato che bisogna fare quello che non si vuol fare quando si tratta di donarsi agli altri. In altre parole, quando dare una cosa è difficile, quello è il momento della vera condivisione. La maggior parte dei genitori gioca con i figli quando ne ha voglia. Ma quanti di noi si offrono veramente quando non sono in animo, per quante buone ragioni possano avere? Secondo la Kabbalah giocare con i figli quando ci viene facile non è vera condivisione.

Dobbiamo resistere alle tentazioni egoistiche, superarci e uscire da noi stessi. In quel momento della mia vita, la cosa difficile da fare era mettermi a giocare - e avevo vergogna anche ad ammetterlo - perché volevo guardare la televisione. Così David e io andammo a giocare: vivevamo in una casa enorme e facemmo qualche lancio con la palla da football. Nel frattempo pensavo: « Va bene, leviamoci il pensiero. Voglio tornare davanti alla televisione. Giocherò per una decina di minuti, così avrò fatto il mio dovere di padre ».

Ma sentivo che questo conflitto mi agitava la mente. Qualche istante dopo, David mi chiese: « Papa, te ne vuoi tornare sul divano a guardare lo spettacolo? »

« Perché? » feci io.

« Perché mi piacerebbe che giocassimo fino all'ora di an dare a letto. »

Significava niente notte degli Oscar. Ma proprio in quel momento mi resi conto che venivo messo alla prova. Pensai: « Okay, lasciamo stare. Non guarderò quello stupido show. Ora gioco con mio figlio. Davvero! »

La Kabbalah mi aveva insegnato che quando gioco con i miei figli entro nel loro mondo, non mi limito a condividere un po' di tempo con loro. Così entrai. All'inizio non fu facile. Allontanarmi dai miei pensieri, dai miei desideri egoistici era difficile. Ma nel momento in cui mi accorsi che ci stavo riuscendo, trovai la forza di resistere e di liberarmi di quei pensieri. Allora cominciammo a giocare davvero, a lanciarci la palla, a divertirci sul serio. Fu bello. Tutto a un tratto mio figlio scoppiò in lacrime. « Che succede? » chiesi.

« Non lo so », mi rispose, « sono così felice... » Le lacrime gli solcavano il viso.

Ecco come accadde. Fu quando mi resi conto di che razza di padre egoista ero stato per anni. Vivevo nell'illusione che comprare quella casa enorme e accumulare beni materiali fossero cose che facevo per mia moglie e per i bambini. Non era vero. L'avevo fatto per me. A *loro non interessavano una casa così grande né tutti quei soldi. Tutto quello che i miei figli desideravano era giocare a football con il loro papà, oltre che il suo amore incondizionato e la sua attenzione. E io che non riuscivo a pensare ad altro che a guardare la notte degli Oscar, magari un giorno vincerne anche uno e avere successo negli affari. Ero la personificazione dell'egoismo e dell'egocentrismo.*

Il piacere che traevo dal gratificare il mio ego non era una ricompensa così dolce come sentire mio figlio dire che è felice perché gli do tanta gioia. Fu un vero e proprio risveglio.

La nostra natura ci impedisce di proposito di provare il vero appagamento che la vita può offrirci. Siamo tentati dalla gratificazione momentanea del successo materiale, da tutto ciò che soddisfa immediatamente l'ego. E, dal momento che è più facile mirare alla gratificazione immediata che al vero appagamento - cosa che richiede fatica e trasformazione interiore -, noi continuiamo a essere attratti dalla felicità momentanea e materiale.

Quando non siamo più in grado di provare il genuino appagamento che la vita può offrirci scattano dei veri e propri blocchi mentali. Quando mettiamo in atto la Resistenza, il guscio si rompe, i blocchi vengono rimossi e cominciamo a vivere. Cominciamo a sentire che cos'è la vera felicità. Quando lasciamo andare, cominciamo a vivere con una tale pienezza che i bisogni dettati dal nostro egocentrismo non costituiscono più un problema. Ecco il vero appagamento: quando rompete quell'equilibrio fasullo tra affari, famiglia e condivisione; quando donate voi stessi perché è la cosa più naturale al mondo. Così avrete tutto.

Quella sera cominciai a imparare come essere un vero padre per i miei figli.

È altrettanto importante non buttarsi giù e convincersi di essere un pessimo genitore nel momento in cui diventa difficile concentrarsi durante il gioco. Resistete anche a questo. Il fatto che siate coscienti di quanto sta accadendo e

che vi state sforzando porterà la Luce in questa situazione. Sappiate che l'Avversario sta facendo scherzi alla vostra mente. Lui è dietro a ogni cosa, a tutti i vostri sogni di potere e di gloria. Se l'Avversario sta manovrando dietro le quinte, qualunque cosa voi facciate non avrà importanza: lui farà in modo che non vi sembri mai abbastanza. Nella vostra caccia inesorabile quanto inutile, la famiglia passa in secondo piano. La Resistenza evita che ciò si verifichi.

Contrariamente a quanto ci viene detto da tutti gli extraterrestri cattivi che appaiono negli episodi di *Star Trek,* la Resistenza *non* è inutile. La *Resistenza è appagamento!* Spesso è difficile scorgere e sperimentare la vera Luce che proviene dalla famiglia. L'Avversario può fare in modo che l'eccitazione provocata dagli affari vi faccia sentire meglio – apparentemente - della tranquillità del focolare... finché non sarà troppo tardi. Comunque, quando mettete in atto il concetto di Resistenza, provate subito un senso di soddisfazione e gioia che non avevate mai provato.

RESISTENZA ALL'INSICUREZZA

\

Voi e il vostro partner avete lavorato duro per parecchio tempo a un progetto che ha un successo straordinario. E adesso avete paura a dovervi dividere il merito. A cause della vostra insicurezza cercate di stabilire chi ha fatto cc sa. Se tutti pensano che il vostro partner ha dato il maggior contributo al progetto, questo ferirà il vostro ego. Resistete a questi pensieri e a questi sentimenti reattivi! Allora cede te tutto il merito. Se lo fate, potreste pensare: « Dovrei resistere solo un po', non troppo, perché devo mettere in pra-

tica i precetti della Kabbalah un passo alla volta ». Sciocchezze! Resistete anche a questi pensieri e date al partner tutto il merito. Ricordate: l'Avversario vi metterà alla prova a ogni passo del cammino. Ricordate: le lodi danno piacere per un momento, la Luce rimane per sempre. Non mandate all'aria l'attività per un po' di gratificazione personale.

RESISTENZA ALL'IMBARAZZO

Fate un grosso errore. Se tutti se ne accorgono, arrossirete e vorrete sprofondare. Ma voi reagite e cercate di nascondere il vostro imbarazzo. Resistete! Amate l'umiliazione. Prendetela su di voi. Abbassate le difese. Abbassate la guardia. Vivete questa disavventura fino in fondo e lasciatevi travolgere dall'imbarazzo. Diventate vulnerabili. Rendetevi conto che rappresenta un'opportunità per cancellare il vostro ego. Alla fine, il vostro ego sarà soggiogato e vedrete che nessuno aveva notato il vostro errore. Ecco come agisce la Luce.

RESISTENZA AL BISOGNO DI AMMIRAZIONE

Uscite con alcuni amici e fate nuove conoscenze. I vostri amici vi presentano come uno molto in gamba. Dovete rispondere a una domanda difficile e non siete del tutto sicuri della risposta. La vostra prima reazione è di improvvisare una risposta e di cavarvela meglio che potete. Resistete! Dite: « Non lo so » e basta. Lasciate perdere. Poi resistete anche al pensiero reattivo che vi sussurra che i vostri amici potrebbero non ammirarvi o cercarvi più.

RESISTENZA AI DUBBI

Nella vita applicate la saggezza della Kabbalah usate il principio della Resistenza in una situazione reale, ma i risultati non si vedono. Affiorano i dubbi. Non funziona, vi dite. Resistete a questi pensieri reattivi! È una prova per vedere se siete davvero arrendevoli. Tutte le volte che cercate i risultati, vanificate l'intero esercizio. Questo è il vero paradosso. Cercate i risultati e non li troverete. Rinunciate e avrete tutto!

Questo è quasi tutto ciò che questo libro può fare per voi su questo particolare argomento. Il resto tocca a voi. Dovete immergervi nel caos della realtà e agire, nient'altro. Conoscerete il potere e la magia della Resistenza quando la sperimenterete nella vita reale.

Ma provate a indovinare...

Una volta che siete passati da un atteggiamento reattivo a uno proattivo, avete eliminato il Pane della Vergogna. In quella situazione avete trasformato spiritualmente voi stessi. Ora siete pronti e in grado di ricevere la Luce eterna dell'appagamento in quel campo della vostra vita. Avete raggiunto l'obiettivo della vostra esistenza in quella circostanza specifica.

Però, l'Avversario ha un'altra freccia al suo arco...

Il potere di un cortocircuito

Provate a ricordare quella volta in cui una lampadina di casa vostra si è bruciata. Quando è andata in cortocircuito, per un momento c'è stato un lampo di luce intensa, *poi il buio.*

Che cosa è successo?

// *filamento si è frantumato.*

Il polo positivo si è collegato direttamente al polo negativo.

Puff!

Un cortocircuito.

Un lampo di luce.

Buio.

Avete notato come il lampo di luce generato dal cortocircuito era più intenso di quando la lampadina brucia normalmente. La Luce spirituale lavora nello stesso modo.

Il piacere momentaneo dovuto al comportamento reattivo è molto più forte e tossico del piacere duraturo della Luce generato dalla Resistenza. Ma il picco di piacere che ci de-

riva da un comportamento reattivo sarà sempre seguito dall'oscurità.

Sono queste le leggi della corrente elettrica. Sono queste le leggi della corrente spirituale.

La tentazione

Appena ne ha la possibilità, il nostro Avversario diffonde un immenso piacere a tutti e cinque i sensi. Troppo spesso tutti noi accettiamo la sua offerta, perché l'atteggiamento reattivo è una vera tentazione: libera una vampata irresistibile di energia.

L'intensità della Luce della Resistenza può non essere brillante quanto il lampo di un cortocircuito, ma il volume di illuminazione prodotto dalla Resistenza è assai superiore.

L'alcol e le droghe hanno una potenza analoga a quella di un cortocircuito. Secondo la Kabbalah le sostanze stupefacenti portano l'anima ai livelli più elevati dell'atmosfera spirituale. Come sottolineava Carl Jung, non è un caso che l'alcol sia chiamato anche spirito. Il problema è che le droghe ci connettono in maniera molto diretta con queste energie; e il risultato è che andiamo in cortocircuito. Andiamo in bomba. Bruciamo e poi scoppiamo.

C'è un distinguo importante tra i motivi per cui bisogna evitare le droghe dettati dalla morale e il punto di vista della Kabbalah. Se nella vita il nostro obiettivo è ascendere a livelli superiori di coscienza, alcol e droghe sono assolutamente inadeguati a soddisfare questo proposito. Dobbiamo trovare vie per raggiungere in modo permanente e non momentaneo questi livelli più alti di esistenza. Ma l'Avversario

usa costantemente il potere della gratificazione istantanea e degli « sballi » momentanei per innescare la nostra reazione. Il suo unico obiettivo è creare cortocircuiti così da farci piombare nelle tenebre.

Sforare la dieta

Barbara è in sovrappeso di quindici chili. È a dieta e va in palestra da un paio di settimane. Ma poi qualcuno le offre una fetta di torta al cioccolato, la sua preferita. L'istinto reattivo del suo corpo sarebbe quello di ringraziare e accettare. Ma nella mente di Barbara si crea un conflitto: deve dimenticarsi della dieta e ricominciarla lunedì o tirar dritto con il suo programma?

Barbara cerca di fare leva sulla sua forza di volontà. Fa appello a tutte le sue forze nel richiamare alla mente la passione che animava la sua determinazione iniziale di perdere peso. Vuole disperatamente ritrovare quell'originario senso di dedizione a uno stile di vita più sano. Ebbene sì, vuole riuscire a entrare di nuovo nei vecchi jeans! Barbara vuole che il suo obiettivo di perdere peso si realizzi. Sa che deve resistere.

Qualcun altro si presenta all'improvviso sulla scena: l'Avversario riempie la mente di Barbara di desideri vividi e impellenti e lei sta lentamente soccombendo al pensiero di quel dolce meraviglioso. Alla fine cede a questo forte desiderio reattivo.

Una volta che ha perso il controllo, Barbara potrebbe anche mangiare la torta: è quello che le dice di fare l'Avversario. E la mangia: un sapore delizioso. Il corpo di Barbara si gode una botta di zuccheri. E le sostanze a base di canna-

bis nel cioccolato inducono lo stesso stato di euforia provocato dalla marijuana. Il cioccolato, inoltre, agisce come surrogato dell'amore, perché contiene una sostanza stimolante che genera lo stesso tipo di eccitazione che proviamo quando ci innamoriamo. Il grasso del cacao stimola la produzione di oppiacei nel cervello di Barbara, che a sua volta generano ulteriori sensazioni di piacere. Inoltre, c'è una vecchia e amata conoscenza, la caffeina, che pompa il cervello e scarica adrenalina nel sistema cardiocircolatorio. Gratificazione istantanea!

Ma la storia non è finita. L'onda di piacere si esaurisce all'improvviso. Gli zuccheri nel sangue crollano. Barbara va in tilt. In termini cabalistici la Luce della torta si è bruciata in un cortocircuito, e ora Barbara è dominata da vecchie e ben note sensazioni: colpa, rammarico, depressione e delusione.

Se Barbara avesse resistito al desiderio reattivo di divorare la torta mangiando una mela, corpo e anima si sarebbero sentiti soddisfatti. Non in modo così intenso, ma in maniera più temperata, bilanciata e appagante. E, cosa più importante, ventiquattr'ore dopo, avrebbe provato sentimenti di soddisfazione, stima di sé e appagamento.

Ogni giorno, sul lavoro, nella vita sociale e in quella famigliare dobbiamo prendere decisioni difficili. Dobbiamo continuare a reagire a tutti quegli stimoli esterni provenienti da ogni direzione? O dobbiamo fermare queste reazioni per portare un po' di sanità spirituale nelle nostre vite?

Per qualche ragione, non è facile resistere alla gratificazione immediata. Orientiamo le nostre menti verso il traguardo della non reattività, ma quando arriva il momento veniamo sviati dal piacere fugace di reagire all'istante. Leggendo tali considerazioni in questo libro, momentaneamente ci esaltiamo. Il giorno dopo qualcuno ci insulta, un affare va a rotoli, qualcuno parla male di noi e ricadiamo nella nostra modalità reattiva.

Prima di scoprire perché per noi è così difficile resistere alle tentazioni, dobbiamo scoprire un'altra arma dell'arsenale dell'Avversario.

Il patto di Faust

Quando le cose cominciano ad andare veramente bene, possiamo cadere nella trappola di credere che i tempi felici non finiranno mai. Diventiamo arroganti. Pensiamo di essere infallibili.

La Kabbalah ci insegna che la Luce emana da due fonti: il Creatore e l'Avversario. Ricordate che la Luce del Creatore è una fiamma eterna. La Luce dell'Avversario, invece, è il scintillio della miccia di un candelotto di dinamite. Quando ci sforziamo di ottenere il successo con un comportamento reattivo, il successo ci giungerà dall'Avversario. Più siamo reattivi, più vittorie avremo... ma a che prezzo!

Secondo la Kabbalah il mito di Faust che vende l'anima al Diavolo è molto vicino alla realtà.

Il principio faustiano è all'opera quasi tutti i giorni: siate reattivi e l'Avversario vi darà la Luce, anche se temporaneamente. Dopodiché comincerà a impossessarsi della vera Luce del Creatore. Una volta che la dinamite è scoppiata, voi vi ritrovate nel caos.

La Kabbalah ci insegna che per un po' l'Avversario ci ripagherà bene, solo per tenerci in uno stato mentale reattivo. In altre parole, ci dà semplicemente un candelotto di dinamite con una miccia (tempo) lunghissima, in modo tale che l'illusione del successo e la Luce durino di più.

Quando voliamo in alto, crediamo di essere i brillanti artefici del nostro successo. Il nostro ego si gonfia come il dirigibile della Goodyear: è pieno solo di aria calda e, quando meno ce lo aspettiamo, si affloscerà.

Schiavitù

Quasi tutti conoscono la storia biblica dell'Esodo, ma la maggior parte delle persone - compresi rabbini e sacerdoti - non ne coglie il recondito significato spirituale e la fondamentale importanza per la nostra vita.

La storia ci dice che per quattrocento anni gli Israeliti rimasero in schiavitù in Egitto. Erano schiavi figli di schiavi, tenuti prigionieri dallo spietato faraone, signore dell'Egitto. In seguito giunse un grande capo chiamato Mosè che, su missione di Dio, conquistò la libertà per il suo popolo. Poi condusse coloro che un tempo erano schiavi in un lungo e arduo viaggio, che vide il famoso passaggio attraverso il Mar Rosso e la salita al Monte Sinai per un appuntamento con il destino.

Ma ecco la parte interessante: per la prima volta dopo secoli gli Israeliti stavano assaporando la libertà, eppure presero a lamentarsi, a piagnucolare e a brontolare quando il deserto si fece un po' più caldo e afoso. Arrivarono perfino a scongiurare Mosè perché li riconducesse in Egitto!

Secondo la Kabbalah tutta questa storia è un codice. *Egitto* è la parola in codice che indica la nostra esistenza materiale nel mondo fisico del caos. *Faraone* si riferisce al nostro ego e alla natura umana incessantemente reattiva, egoista e intollerante. Ogni tratto della nostra natura in grado di tenerci sotto controllo è il *faraone!*

- Paura
- Rabbia
- Competitività
- Insicurezza
- Scarsa autostima
- Egoismo
- Invidia
- Ansia
- Impazienza

Tutte queste emozioni, nate dall'ego, ci tengono sotto controllo e ci imprigionano costantemente. Sono come una palla al piede che ci rallenta e ci impedisce di avanzare. Sono come manette che ci vincolano, barre di ferro che ci intrappolano, fruste che ci tormentano. Nella Creazione questa è la più antica relazione tra schiavo e padrone, e assume molteplici forme:

> siamo schiavi degli aspetti della nostra esistenza materiale radicati nell'ego - automobili, vestiti, case lussuose, prestigio, potere e status sociale.
>
> Siamo preda dei nostri capricci e dei nostri desideri egoistici.

Siamo schiavi della nostra carriera, delle nostre relazioni, delle nostre paure e dei nostri dubbi.

Siamo prigionieri del modo in cui ci vedono gli altri.

Siamo alla mercé del nostro disperato bisogno di essere accettati.

Siamo in balia del costante bisogno di superare i nostri amici e colleghi.

Alcuni di noi sono intrappolati in una professione.

Altri si sentono legati e imbavagliati dai vincoli di un matrimonio.

Tutti siamo schiavi del mondo fisico che ci circonda.

Ma nel momento in cui prendiamo coscienza di essere ancora prigionieri in Egitto - schiavi del nostro ego -, possiamo carpire la chiave che ci libera dalle catene e raggiungere la libertà assoluta. Ecco qua! è il vero potere spirituale della Kabbalah.

Il potere della certezza

Fuggendo gli Egizi, gli Israeliti finirono con le spalle al muro sulle sponde del Mar Rosso. Il faraone e il suo esercito stavano per sferrare l'attacco, decisi a sterminarli. All'improvviso il Mar Rosso si divise, creando due imponenti mura d'acqua che s'innalzavano fino al cielo. Secondo lo Zohar *tutte le acque della Terra si divisero ergendosi verso il cielo. E gli Israeliti ebbero la loro libertà.*

Mentre il faraone e il suo esercito si facevano sempre più vicini, Mosè aveva gridato aiuto a Dio. Lo Zohar *insegna che Dio gli rispose con una misteriosa domanda: « Perché mi chiami? » In queste parole si cela una profonda verità spirituale. Non fu Dio a separare le acque del Mar Rosso! Anzi, fu addirittura sorpreso quando Mosè lo invocò. Ma se non fu l'onnipotente Creatore a separare le acque, chi è stato?*

Molti millenni dopo si verificò un'altra crisi. Pur non essendo davvero una questione di vita o di morte, lo sembrò a coloro che vi erano coinvolti. La storia è vera, anche se i nomi sono stati cambiati.

Michael era proprietario di una grande azienda con filiali in tutta l'America del Nord. Dopo una delle migliori stagioni di vendite nella storia della sua compagnia, andò a Miami con la moglie e i figli per una vacanza di dieci giorni.

H giorno stesso del suo rientro dalle ferie, il commercialista entrò nel suo ufficio e, con malcelato imbarazzo, gli spiegò che durante le ultime tre settimane di dicembre uno dei direttori commerciali aveva falsificato le distinte di versamento delle sue vendite. Il denaro non era mai stato versato sul conto dell'azienda e, come se non bastasse, era stato proprio il loro miglior manager a farlo, quello che gestiva la filiale con il fatturato più alto.

«Quanti soldi mancano?» chiese Michael.

Il commercialista deglutì e gli disse: « Ci ha fregato centocinquemila dollari ».

Michael si versò un bicchiere d'acqua e ne bevve un piccolo sorso. Ecco come ricorda quel momento: «Dovevo prendere una decisione fondamentale. E dovevo prenderla alla svelta. Potevo mettere in pratica quanto avevo imparato studiando la Kabbalah oppure buttare tutto all'aria, vista la quantità di soldi che c'era in ballo. Stava a me decidere... »

Tra la separazione delle acque del Mar Rosso e la perdita di Michael di oltre centomila dollari era passato un enorme lasso di tempo, ma fu la conoscenza della Kabbalah a permettere - tanto agli antichi Israeliti quanto a un moderno uomo d'affari - di trovare una sorprendente via d'uscita.

Il principio della certezza

In quel momento Michael doveva prendere una decisione. Avrebbe dovuto reagire con paura, panico e rabbia oppure far ricorso a ciò che aveva imparato studiando la Kabbalah - compresa la lezione nascosta della separazione delle acque del Mar Rosso - e optare per un intervento *proattivo?*

Ecco quanto aveva imparato riguardo agli Israeliti messi alle strette a un passo dal baratro. Gli Israeliti fuggirono e, certo, le acque del Mar Rosso (come tutte quelle della Terra) si separarono magnificamente. *Ma non fu Dio a farlo.* Quando Dio chiese a Mosè perché Lo stesse invocando, Egli lasciò sottointendere che Mosè e gli Israeliti avevano il potere di separare da soli le acque del Mar Rosso. Dio stava rivelando una delle Leggi Spirituali della Vita: *Vinci la tua natura reattiva e il cielo ti risponderà aiutandoti a vincere le leggi di Madre Natura, poiché entrambi sono intimamente connessi.*

Per riuscire nell'impresa, però, è necessaria la *certezza* assoluta. È questa la segreta chiave di lettura della storia. Gli Israeliti furono costretti a entrare nel mare e avanzarono con *certezza assoluta* prima che una sola goccia d'acqua cominciasse a dividersi. Dovettero resistere all'immensa incertezza radicata nella loro natura.

In effetti, i saggi cabalisti spiegarono che il Mar Rosso non si divise fino a che le acque non raggiunsero le narici degli

Israeliti. Quando l'acqua cominciava già a riversarsi loro in gola, gli Israeliti rinunciarono al controllo ed ebbero fede nella salvezza. Misero la loro vita nelle mani della Luce. Un istante dopo respiravano aria fresca mentre le acque si separavano ergendosi verso il cielo.

Anche Michael stava per annegare. Guardò il suo commercialista e disse: « Il direttore non ha mai rubato quei soldi. Quei soldi non sono spariti ».

Poi aggiunse: « Non potrai mai perdere qualcosa che è veramente tuo. Quindi il denaro deve saltare fuori, e se non succede è perché fin dall'inizio non mi apparteneva ».

Michael stava affrontando la situazione con un atteggiamento proattivo: non avrebbe reagito ad *alcun* esito, né positivo né negativo. Ecco la chiave. Era certo che, qualsiasi fosse stato il risultato, sarebbe stato il migliore per la sua crescita e la sua comprensione spirituale.

Anche il suo commercialista aveva una certezza: Michael doveva essere completamente uscito di testa!

« Devo starmene qui senza fare nulla? » gridò l'uomo. « Non dovremmo chiamare la polizia e avviare un'indagine? Qui stiamo cercando di amministrare un'azienda! »

H commercialista era completamente arroccato nella convinzione che il denaro fosse stato rubato. Michael ci mise un'ora per convincerlo a prendere almeno in considerazione un'altra possibilità.

« In primo luogo » disse Michael « voglio che valuti la possibilità che il denaro non sia sparito. Secondo, se manca, non è mai stato nostro. Lo avremmo perso in un altro affare o l'anno prossimo avremmo avuto profitti inferiori perché ci sarebbe stato un calo nelle vendite pari alla cifra che adesso ci manca. In altre parole, sta' sicuro che qualsiasi cosa accadrà, sarà giusta. Dobbiamo avere la certezza che il risultato sarà il migliore da una prospettiva spirituale. Una volta che ti sei convinto di questo, procedi e fa' quello che faresti normalmente in una situazione di questo tipo. »

Sebbene il commercialista non afferrasse del tutto ciò di cui Michael stava parlando, la mattina seguente tornò con la notizia che ottantottomila dollari erano improvvisamente saltati fuori in una banca a Winnipeg, in Manitoba (Canada).

« Abbiamo trovato gli assegni » spiegò il commercialista. Non potendoli incassare, il manager li aveva depositati e si era tenuto tutto il contante.

« No » replicò Michael « non ha rubato il contante. Salterà fuori anche quello. Nessuno può prendere ciò che ci appartiene legittimamente. E, se non salta fuori, significa che fin dall'inizio non era nostro. »

Di nuovo Michael cercava proattivamente di non essere uno schiavo, di non restare alla mercé dell'esito, positivo o negativo che fosse. In seguito si scoprì che il manager voleva veramente rubare i soldi, ma che un paio di giorni do-

po essere arrivato in Florida aveva avuto un ripensamento. In effetti telefonò lui stesso a Michael per confessarglielo.

« Non ho alcun dubbio che il concetto cabalistico di certezza abbia giocato un ruolo fondamentale in ciò che accadde » disse Michael in seguito. « Se non avessi fatta mia la lezione della Kabbalah, avrei mandato due uomini armati di mazze da baseball a scovare il ladro. Probabilmente non lo avrebbero mai trovato e sarei ancora in perdita di oltre centomila dollari. In questa sordida faccenda la pressione mi sarebbe salita alle stelle e mi sarei abbandonato a sentimenti negativi, al desiderio di vendetta e al vittimismo. Grazie al cielo sono libero da tutto questo. »

Secondo molti insegnamenti spirituali, compresa la Kabbalah, la coscienza crea la nostra realtà. Ciò che desideriamo è quanto riceviamo. Se siamo incerti, riceviamo l'energia dell'incertezza. Se reagiamo alle crisi con la preoccupazione e il pensiero negativo, accresciamo la probabilità di un esito doloroso.

Ma le cose possono cambiare radicalmente. Possiamo mettere fine alla nostra incertezza, ai nostri dubbi. Possiamo buttare all'aria i piani dell'Avversario. Opporre Resistenza significa lasciarsi permeare dalla Luce.

Fare miracoli

Se volete assistere a dei veri miracoli, cercate di smettere di dubitare dei risultati positivi. Concentratevi per eliminare il Pane della Vergogna e *smettetela* di rissarvi sugli esiti. Ricordate che i risultati esistono *già* nel Mondo Senza Fine. Michael aveva già la gioia che può nascere dall'avere centomila dollari in tasca. Ciò che *non* aveva nel Mondo Senza Fine era la capacità di essere proattivo e liberare il suo *gene di Dio*. In questo mondo fisico ebbe l'opportunità di farlo quando il denaro sparì ed egli riuscì a non reagire.

Una volta che Michael colse questa occasione per eliminare il Pane della Vergogna e trasformare il suo atteggiamento reattivo in proattivo, *realizzò l'obiettivo originario del Vaso* - diventare la causa del proprio appagamento anziché essere un effetto reattivo; creare qualcosa di nuovo -, essere una coscienza proattiva invece che reattiva.

Compiuta questa impresa, la Luce poté fluire liberamente. Il denaro fu libero di rimaterializzarsi perché era stato realizzato lo scopo della creazione. Se Michael avesse reagito, avrebbe perso la chance e i soldi sarebbero svaniti per sempre. Anzi, peggio ancora: più avanti gli sarebbe toccato affrontare una nuova sfida (opportunità) simile, perché c'era ancora un *Tikkun* in sospeso, una trasformazione che deve attuarsi.

L'Undicesimo Principio Cabalistico ci aiuta a mantenere uno stato mentale proattivo nelle situazioni difficili:

**Quando le sfide sembrano impossibili,
infondete certezza. La
Luce è sempre presente!**

Infondere certezza in una situazione non significa che otterremo sempre il risultato sperato. Avere certezza significa sapere che la mano nascosta della Luce è dalla nostra parte. Potremo perdere punti, ma alla fine non perderemo.

La Kabbalah ci insegna che ogni avversità è un elemento assolutamente positivo. Come l'antidoto al morso velenoso di un serpente è contenuto nel veleno stesso, così la Luce è racchiusa negli ostacoli della vita.

Quando comprendiamo questo principio, abbracciamo con entusiasmo le difficoltà dell'esistenza. Le vediamo come opportunità di eliminare il Pane della Vergogna e di diventare i veri Creatori della nostra vita.

Ricordate che certezza non significa che otterremo ciò che vogliamo, bensì che otterremo ciò di cui abbiamo bisogno per favorire la nostra crescita spirituale. Significa avere certezza in qualsiasi risultato ci attende. Significa accettare la responsabilità per la negatività che si abbatte nella nostra vita. Significa rendersi conto che se stiamo vivendo situazioni più o meno spiacevoli è perché, a un certo punto del nostro passato, abbiamo piantato un seme negativo. Nel momento in cui supereremo la nostra incertezza, faremo miracoli.

PARTE QUINTA
COME VINCERE
IL GIOCO DELLA VITA

L'arte di diventare Dio

Ormai abbiamo capito che nel Mondo Senza Fine esisteva ogni forma possibile e immaginabile di appagamento, tra cui quello che riceviamo dalla musica, dall'arte, dall'architettura, dal denaro, dai film, dai giochi, dagli affari, dalla letteratura, dalla buona cucina... e da ogni altra attività creativa umana. Eppure, originariamente, ogni genere di appagamento ci arrivava spontaneamente. Gratis. *Era omaggio della casa.*

Il gene di Dio racchiuso nella nostra anima ci spinse a desiderare di trasformarci nei creatori del nostro appagamento.

Ecco perché nel nostro mondo:

Gli scrittori amano scrivere.

I cantanti cantare.

Gli inventori inventare.

Gli scienziati scoprire.

Gli architetti progettare.

I costruttori costruire.

I sarti cucire.

Gli uomini d'affari chiudere contratti.

I musicisti comporre.

Quelle appena elencate sono tutte espressioni di un essere umano che si trasforma nel Creatore. Ogni invenzione, canzone, poema, romanzo, scoperta e l'infinita saggezza della vita erano già racchiuse nel Mondo Senza Fine. Ma noi dicemmo: *nascondili!*

Perciò tutta la Luce fu schermata da un velo e noi nella nostra vita continuiamo ad andarne alla ricerca. Quando riusciamo a ritrovarla manifestiamo la scintilla divina racchiusa nella nostra anima. In quell'unico istante lo scopo ultimo della vita è raggiunto. Ma, come abbiamo già avuto modo di capire, esiste un grosso *se!*

Se noi cadiamo *nell'illusione oltremodo reale* di essere gli unici artefici del nostro successo; *se* raggiungiamo tutte quelle forme di appagamento tramite il nostro ego (e, ammettiamolo, questo è quello che accade il 99,999 per cento delle volte), tutta la vera Luce che abbiamo creato passa *all'Avversario.*

È indubbio che proviamo una forte scarica di piacere che « droga » il nostro ego, ma poi ricadiamo nelle tenebre con la differenza che adesso il nostro Avversario ha ottenuto ancora più potere! Diventiamo schiavi della cocaina, siamo corrosi dall'ansia o affetti da insicurezza cronica. Nessun successo sarà mai abbastanza, ci sentiamo sempre vuoti. Magari diventiamo pessimi genitori e il nostro rapporto

con i figli sarà disastroso. Oppure pessimi coniugi e il nostro matrimonio andrà in pezzi o diventerà senza passione e fatto di noia.

Prima o poi dovremo pagare un prezzo per il nostro piacere. Il successo ha degli effetti collaterali. La soddisfazione ha un costo.

Quando noi dominiamo il nostro ego e fermiamo tutte le reazioni, diventiamo proattivi, proprio come Dio. E la gioia e il successo sono davvero meritate e senza condizioni!

Ecco come funziona il gioco della vita.

Domande su questo gioco

Sono passati innumerevoli secoli, eppure sembra che l'Avversario abbia accumulato una serie ininterrotta di vittorie, stagione dopo stagione. Il dubbio e l'incertezza affliggono l'uomo da millenni; il mondo si è sempre concentrato sui risultati, non sulle reazioni, nella sua ricerca della felicità. Di conseguenza, invece di vivere nella Luce, il mondo ha brancolato nel buio.

Che cos'ha da dire la Kabbalah - e in particolare lo *Zohar* - in merito a come finisca questo gioco della vita? Fate attenzione, però, per fine del gioco non si intende la fine della civiltà, bensì della morte, del dolore e della sofferenza. È la sconfitta dell'Avversario. Significa che l'umanità raggiungerà la pace mondiale e un'esistenza perenne, al di là di tutto ciò che possiamo immaginare o concepire.

E, per concludere, come si applicano al mondo intero tutti i principi cabalistici appresi finora?

La partita sta per finire

Non ho mai dato loro l'inferno. Dico solo la verità e loro pensano che sia l'inferno.

HARRY S. TRUMAN

Secondo gli antichi cabalisti l'anno ebraico 5760 segnerà una nuova era, che lo *Zohar* descrive con due espressioni: *Tempo di Dolore* e *Tempo Benedetto.*

Questa data specifica corrisponde all'anno 2001 del calendario occidentale.

Il *Tempo di Dolore* allude a un periodo di grande sconvolgimento, terrore e sofferenza che ci affliggerà sia a livello personale sia a livello planetario. Nel corso di questa era di tormento, la natura egocentrica dell'uomo sarà estirpata. L'intensa pressione spezzerà finalmente la corazza dell'ego, il nostro Avversario, e, alla fine, l'uomo riconoscerà quanto sia prezioso e saggio trattare con dignità il prossimo - che sia il concorrente negli affari, il collega o il nemico all'altro capo del mondo.

Secondo i cabalisti durante questo *Tempo di Dolore* il sistema immunitario dell'uomo sarà attaccato. Malattie, vecchie e nuove tensioni ci affliggeranno. A livello planetario ci saranno guerre, attacchi terroristici, la distruzione dell'ecosistema, la contaminazione dell'acqua potabile e altre

calamità che coinvolgeranno e colpiranno ebrei, cristiani, musulmani e l'umanità intera.

A causa di queste tragedie l'uomo arriverà a capire che i tesori conquistati con l'ego sono illusori e fugaci e hanno un prezzo altissimo.

Gli uomini uniranno gli sforzi quando il mondo che li circonda sarà tragicamente fatto a pezzi. Alla fine capiremo almeno che l'unico vero nemico che c'è *là fuori è* l'Avversario, non qualche essere umano.

Nell'antico *Zohar* compaiono precisi passaggi relativi ai nostri giorni. Queste dichiarazioni controverse contengono date attuali e specifiche che ci mostrano che abbiamo raggiunto la fase nota come la *Fine dei Giorni*.

Nell'ottava sezione dello *Zohar,* al paragrafo 116, nella parte dall'appropriato titolo « L'Avvento del Messia », si parla del tipo di « castighi » che colpiranno la città più potente del mondo per lanciare questa nuova era nell'anno 2001:

> ***In questo giorno nétta grande e alta città ci sarà una vampata di fuoco. Quél suono risveglierà il mondo intero. Essa brucerà molte torri. In quél giorno molte torri cadranno così come molti uomini importanti e molti ufficiali.***

Gli antichi cabalisti calcolarono addirittura l'esatta data ebraica in cui ciò sarebbe dovuto avvenire. La data era quella del ventitreesimo giorno di Elul. Nell'anno 5760 (2001) il ventitreesimo giorno di Elul corrispondeva all'11 settembre del calendario occidentale.

Come se ciò non bastasse, il prologo dello *Zohar* ci dice il vero nome di una forza negativa che porta il castigo in questo mondo. Questa forza negativa viene rappresentata attraverso la metafora di un cane:

> ***E poiché l'Altra Parte vide questo, prese coraggio e mandò un cane a mangiare le offerte. E qual è il nome di quél cane? «B' ladan» è il suo nome... e non è un essere umano.***

Per quanto queste affermazioni dello *Zohar* siano estremamente misteriose, io stesso non amo molto le cosiddette profezie spirituali o predizioni per varie ragioni cabalistiche, per esempio la nostra capacità di cambiare *e* trasformare il nostro destino. Eppure, il più importante libro di saggezza cabalistica ci fornisce una data esatta, un nome preciso e un'accurata descrizione di ciò che è accaduto l'11 settembre. È facile essere scettici così come è facile farsi abbagliare. Ma entrambi questi atteggiamenti sono estremizzazioni. Il fatto puro e semplice è che il mondo oggi sta soffrendo e che, in *ogni* epoca, ha dovuto attraversare un'infinità di dolore e sofferenza.

Ciò che davvero mi entusiasma nello *Zohar* è che ci dice anche come fermare il dolore e cambiare il nostro futuro per il meglio. Ciò ci porta a quello che viene chiamato il *Tempo Benedetto.*

Il Tempo Benedetto

Il *Tempo Benedetto* allude a un periodo di pace, tranquillità, progresso culturale e appagamento eterno. Le malattie saranno debellate. Il caos non esisterà più. La gioia pervaderà tutta la Terra. E l'angelo della morte sarà morto e sepolto.

Proprio il contrario del *Tempo di Dolore.* Perciò, qual è il messaggio?

Entrambi i destini sono possibili. Sono opzioni che scegliamo grazie al nostro libero arbitrio.

Quindi come possiamo essere padroni del nostro destino? Come essere sicuri di trovarci nell'universo del *Tempo Benedetto* invece che nel *Tempo di Dolore?*

Il gioco della vita sta per finire comunque. Stiamo per raggiungere il nostro destino ultimo di felicità. Solo il libero arbitrio può decidere *come* arrivarci.

Possiamo eliminare il nostro Avversario interiore continuando a soffrire, oppure vincere il nostro ego attraverso la pratica proattiva appresa dalla Kabbalah e raggiungere la felicità in modo positivo.

Ma è necessario un prerequisito:

Come in Alto, così in Basso

La violenza nel mondo non è caos senza scopo. La malattia non è un evento fortuito. Il terrorismo non è follia casuale. I terremoti non sono atti divini. Tutti questi fenomeni negativi nascono nell'oscurità che si crea quando la nostra reattività collettiva ci separa dal regno del 99 per cento. Capire questa difficile verità è il presupposto per attuare il vero cambiamento. Ma ciò non è facile. State attenti.

Per esempio, un uomo mangia tre panini superfarciti al giorno. Sia suo padre sia suo nonno sono morti di infarto, e la sua famiglia ha un problema ereditario di colesterolo alto.

Tuttavia questa persona vive a lungo e in buona salute.

Ecco il punto: quando un uomo non è connesso con il regno del 99 per cento, è schiavo del suo ego, è dominato dalla rabbia e dall'ostilità nate da un comportamento sconsiderato, crea un terreno fertile per la malattia che può compromettere qualsiasi ambito come la sicurezza economica o la salute.

Questo, e nient'altro, è la causa prima di tutti i disturbi fisici e di tutti i conflitti, perché genera oscurità a livello spirituale, e disfunzioni fisiche o turbe emotive a livello materiale.

I cibi che mangiamo e le lotte che combattiamo sono solo effetti e non i fattori scatenanti del nostro caos. Sono semplicemente gli strumenti usati dal nostro Avversario per *manifestare fi*sicamente l'oscurità spirituale causata dal nostro comportamento insensibile e reattivo.

Ricordate ciò che abbiamo appreso nei primi capitoli di questo libro: la creazione fisica accadde quando le anime collettive dell'uomo *respinsero* l'infinita Luce di Appagamento che fu concessa loro in origine dal Creatore.

Lo facemmo per avere l'opportunità di meritare e creare questo appagamento solo con le nostre forze. Inoltre, proprio come un atleta ha bisogno della competizione per dare un significato al concetto di vittoria, così il nostro Avversario fu creato per stimolarci in questo processo.

Ilnostro Avversario userà il tempo per ritardare il momento della ricompensa per le buone azioni - e così, a torto, ci convinciamo che la bontà non paghi -, e quello in cui dovremo pagare le conseguenze del nostro comportamento reattivo - e così crediamo, sbagliando, che la vita sia in giusta.

Ora possiamo usare la saggezza della Kabbalah per smascherare questa illusione e cogliere il quadro generale.

Spetta a noi scegliere il cammino che porta al risultato finale dell'eterna pace nel mondo: un modo di vivere egocentrico e indulgente verso se stessi oppure la trasformazione spirituale, rispettivamente il *Tempo di Dolore* e il *Tempo Benedetto.*

secondo lo *Zohar* nel XXI secolo entrambe le realtà coesisteranno. Le zone d'ombra della vita scompariranno. Sulla sabbia verrà tracciata una linea di demarcazione e si faranno nette distinzioni.

Coloro che abbracceranno la trasformazione spirituale - passando dal comportamento reattivo al comportamento proattivo - dimoreranno in una bolla proattiva di serenità, anche se il mondo intorno a loro fosse ridotto a macerie e rovine.

Questa è la promessa della Kabbalah.

La scelta è nostra. Lo è sempre stata.

Come creare il mondo del *Tempo Benedetto*

Ascoltate la **voce interiore che sia** *dall'altra pane del vostro ego.*

ANONIMO

Le circostanze della nostra vita e le condizioni del mondo dipenderanno dalle azioni individuali e collettive, dalle reazioni e dalle azioni proattive dell'umanità.

Lo stato in cui versa il nostro pianeta è solo il risultato di tutte le interazioni umane. I buchi neri nello spazio, i tornado in Oklahoma, le giornate di sole, il mare calmo, la pace tra le nazioni, i parcheggi liberi... ogni cosa dipende dalle interazioni tra le persone.

Quando gli antichi saggi affermarono che la Terra è il centro dell'universo, non stavano parlando di coordinate spaziali, ma parlavano in termini spirituali. Le nostre azioni spirituali, che siano reazioni o azioni proattive, influenzano il cosmo.

Tutte le persone sono connesse a un livello più profondo di realtà, e ciò vale per i migliori amici come per i peggiori nemici.

Quando le azioni negative accumulate dall'uomo riescono a diventare così grandi, si crea una massa di negatività che blocca letteralmente la Luce nel regno del 99 per cento, im-

pedendole di affluire nel nostro mondo dell'I per cento. È così che è nato il caos.

Una semplice reazione come urlare contro un amico, parlare in modo offensivo al consorte, o truffare qualcuno, volge la vostra vita e il mondo intero dalla parte del *Tempo di Dolore.*

Allo stesso modo, ogni atto di Resistenza - quando fate vacillare il vostro ego confessando a una persona d'invidiarla, o abbandonate le vostre inveterate opinioni per cercare un punto d'incontro con una fazione avversaria, o resistete alla sete di onore e prestigio - volge la vostra vita, e tutte le altre, dalla parte del *Tempo Benedetto.*

L'Avversario ribatte colpo su colpo

Però... Il vostro Avversario lo saprà e cercherà di non farvi credere a questa verità spirituale. Cercherà di farvi rifiutare questa idea servendosi della vostra razionalità e di convincervi a comprare, in cambio, prodotti come « sorte », « casualità », « accidentalità » e la sua accoppiata preferita: « fortuna e sfortuna ».

- *La vita non è così semplice,* vi dirà.

- *In quanto individui non abbiamo controllo su nulla,* vi sussurrerà.

- *La semplice gentilezza verso un estraneo non avrà nessun effetto sulla riduzione del terrorismo,* dichiarerà.

Secondo la Kabbalah, invece, la vita è davvero così semplice.

Ed ecco che cercherà di convincervi della menzogna più grande di tutte:

Nel cercare soluzioni è meglio intellettualizzare, filosofeggiare, politicizzare e militarizzare ogni evento della nostra vita e del mondo. Dimenticati la spiritualità. Dimenticati la Kabbalah. Dimenticati la responsabilità. Continuiamo a fare le stesse cose che abbiamo sempre fatto e così lasciamo che le fiamme divampino!

Se, invece, resistiamo a quelle nozioni sterili e autodistruttive e abbracciamo la trasformazione proattiva e la gentilezza come mezzo per trasformare la nostra vita *e il mondo,* ci ritroviamo in un universo personale di Tempo Benedetto. Via via che questa rivoluzionaria metamorfosi indotta dalla Kabbalah si espanderà per il mondo, si raggiungerà una massa critica e il caos della vita svanirà per sempre come un sogno da tempo dimenticato.

In effetti, lo *Zohar* pone una notevole enfasi sul fatto che per coloro che accolgono lo *Zohar,* che ne fanno tesoro, che lo studiano, lo vivono e vi meditano sopra - *anche nel caso non ne capiscano una sola parola* - esso diventa:

- UN ALBERO DELLA VITA.
- UN'ARCA DI NOÈ.
- PROTEZIONE DALLA MORTE.
- UNA VIA DI TRASFORMAZIONE FONDATA SUL BUON CUORE IN CONTRAPPOSIZIONE ALLA CRUDELTÀ.

Ecco qual è la promessa solenne dello *Zohar*.

Ciò ci riporta direttamente alla citazione d'apertura di questo libro:

Nella ricerca della saggezza il primo stadio è il silenzio,
il secondo l'ascolto, il terzo il ricordo, il
quarto la pratica, il quinto l'insegnamento.

il cabalista Solomon ibn Gabirol

insegnare **agli altri**

La pace nel mondo inizia con la pace personale. Quando cominciamo a sperimentare la Luce della Kabbalah, dobbiamo condividerla con gli altri per ottenere il massimo beneficio.

Insegnare la Kabbalah, però, non significa predicarla.

Insegnare significa essere un esempio vivente, un modello per gli altri, un faro della Luce. La vostra soave radiosità ispirerà automaticamente altre persone ad attingere a questa *saggezza.* Insegnare significa condividere questa saggezza in nome della fratellanza e dell'amore, non per convertire o convincere qualcuno, o vendergli la vostra lezione.

Forse il modo più potente di condividere questa Luce è attraverso lo *Zohar* stesso.

Lo *Zohar* emana Luce, ed essa, con la sua sola presenza, dissolve l'oscurità nella vostra vita o nel mondo intero.

Negli ultimi settantanni lo *Zohar* ha fermato terremoti, deviato tornadi, impedito scontri fatali e guerre, ispirato leader a cambiare il loro modo di pensare.

Nel corso degli anni, *grazie* a mio padre, il Rabbino Berg, persone di ogni genere sono entrate in contatto con lo *Zohar:* ebrei, arabi, musulmani, cristiani, re, capi di Stato, im-

portanti uomini d'affari e gente comune come voi e me. Ho visto in che modo il potere spirituale dello *Zohar* ha toccato e trasformato la loro esistenza. Alcuni di loro si erano incamminati sul sentiero peggiore che possiate immaginare, eppure cambiarono la loro vita.

Ho visto persone che avrebbero potuto essere classificate come nemici, abbracciare mio padre, piangere e chiedere che le benedicesse. Aprirono il loro cuore e fecero lo sforzo di cambiare rotta perché sentirono la Luce dello *Zohar* e questa saggezza, così come accadde a molte persone autorevoli in tutta la storia. (Vedi « Breve storia della Kabbalah » che segue a questo capitolo.)

Non è stato qualcosa di intellettuale a toccare tutte queste persone. Non è stata una particolare forma di saggezza o un determinato principio a far sì che due nemici si abbracciassero in segno di rispetto e amore.

E allora che cosa è stato?

Il potere della Luce

Lo *Zohar* è una candela in un mondo di tenebra. Trascende la religione, la razza, la politica e la geografia.

Lo *Zohar* non è fatto solo di carta e inchiostro. Esso racchiude la più grande forza di energia divina che l'umanità abbia mai conosciuto. Gli storici stanno giungendo alla conclusione che lo *Zohar* sia il vero Sacro Graal. Il vero *Albero della Vita* di cui parlano *tutte* le religioni.

Il segreto del potere senza pari dello *Zohar è* di una semplicità estrema: esso emana la Luce del regno del 99 per cento. Come una lampadina scaccia il buio da una stanza, la Luce spirituale dello *Zohar* mette al bando ogni forma di oscurità dal nostro mondo, comprese la malattia, la depressione, l'insoddisfazione e perfino la morte stessa.

Spesso le persone mi domandano: « Lo *Zohar* è un testo di religione? ». La risposta è no. Assolutamente no! La forza di gravita agisce solo sui cristiani? I raggi del sole splendono solo sui musulmani? Ovviamente no!

Il potere spirituale dello *Zohar* è universale ed esso dona benedizioni e il potere dei miracoli su *tutti* coloro che desiderano la sua vera Luce. Il suo potere è un diritto per cristiani, musulmani, indù, ebrei e per l'umanità intera. Dopotutto, ciascuno di noi ha il diritto di essere felice e di vivere una vita appagante e ricca, libera dal caos.

Un teatro buio deve rendere visibile anche la luce di una sola candela. Ma a prescindere da quanta oscurità si aggiunga - per esempio, ampliando il teatro - essa non potrà mai spegnere la Luce. Questo è un concetto fondamentale e l'asse portante di questo stesso libro.

Quando lo capirete, avrete capito la Kabbalah.

Cercare di vivere in modo pienamente responsabile è forse il più difficile dei compiti. Per noi è molto più facile votarci a delle cause, trovare nuovi sentieri di saggezza, o cercare di cambiare il mondo, piuttosto che guardare semplicemente dentro di noi e cercare di trasformarci, anche se sappiamo che così facendo *contribuiamo* a elevare il mondo intero.

Il nostro Avversario sarà presente a ogni passo del cammino, disseminando tentazioni sul nostro sentiero. È lui che rende il pettegolezzo così allettante e divertente. Ci fa sentire molto meglio trovare difetti negli altri piuttosto che guardarci allo specchio e scoprire in noi quegli stessi difetti. È più facile essere un attivista che combatte contro la corruzione *là fuori,* piuttosto che combattere tutti quegli impulsi egocentrici che si celano *dentro* di noi.

Secondo la Kabbalah se c'è povertà nel mondo significa che in qualche misura l'avidità è ancora presente nella nostra anima. Se ci sono atrocità nel mondo, significa che quando perdiamo le staffe continuiamo a dire parole sgarbate. Se nel nostro campo visivo (che si tratti di una cosa vista in televisione o vissuta sulla propria pelle) c'è ancora spazio per l'abuso e per la corruzione, significa che una parte di noi si rallegra ancora degli impulsi negativi dell'ego, indipendentemente da quanto riteniamo di essere puri, giusti e benintenzionati.

Il nostro Avversario, invece, ci impedisce di vedere i nostri errori. Per noi è estremamente difficile individuarli, ancora di più ammetterli. Perciò ecco alcuni consigli offerti dai mistici che conoscevano a fondo i segreti del nostro misterioso universo: dobbiamo smettere di considerarci vittime. Da questo momento in poi dobbiamo accettare la responsabilità per le brutte cose che ci accadono. Dobbiamo ammettere di esserne noi stessi la causa. Dobbiamo renderci conto che solo noi, a causa delle nostre azioni precedenti, consapevolmente o inconsapevolmente, abbiamo aperto la porta a persone e situazioni che evidenzieranno e faranno emergere tutti i tratti distruttivi che siamo chiamati a trasformare.

Si tratta di un cambiamento profondo e sensazionale nella coscienza umana e va contro a ogni inclinazione e tendenza naturale della nostra natura istintiva. Significa che siamo gli artefici di ogni caos che emerge nella nostra vita e che riconosciamo di essere la causa della nostra sfortuna.

Nel caso l'abbiate dimenticato, essere la *causa* è uno degli attributi principali dell'essere proattivi e, come avete appreso leggendo questo libro, diventare proattivi è lo scopo ultimo della nostra esistenza.

Perciò, quando vinciamo la nostra innata impulsività, quando sappiamo dominare la forza impellente dell'istinto animale, quando smettiamo di puntare il dito contro qualcun altro e, invece, stringiamo il pugno e assestiamo un colpo micidiale al nostro vero Avversario nel gioco della vita, allora stabiliremo un *contatto* con il regno del 99 per cento.

Ci connetteremo con un'infinita, perenne emanazione di Luce. Avremo evocato l'infinito potere di Dio nella nostra vita. E allora avremo immediatamente nelle nostre mani il grandioso potere di cambiare tutto e ogni cosa.

Lo specchio

Supponete che ci sia uno specchio che rifletta tutti i tratti negativi del vostro carattere, tutti gli istinti reattivi che siete chiamati a trasformare in questo mondo. Adesso immaginate di frantumarlo in mille piccoli pezzi. Ogni frammento rifletterebbe una diversa caratteristica negativa della vostra natura. Ora supponete di disseminare ovunque tutti questi pezzettini.

Sapete una cosa? Tutte le persone negative della vostra vita, tutte le situazioni negative e gli ostacoli che affrontate, tutte le cose che vi sembrano sbagliate negli altri sono solo altri pezzi di quello specchio. Ogni frammento rappresenta un diverso riflesso del vostro carattere. Quando correggete e modificate un tratto del vostro carattere, un frammento dello specchio rifletterà questa trasformazione. Inizierete a vedere i lati positivi delle altre persone e le situazioni cominceranno a migliorare. Le persone diventeranno più gentili, più premurose, più amorevoli, più genuine e, cosa ancora più importante, anche il mondo esterno cambierà in modi estremamente tangibili. (Quando una massa critica di persone vivrà l'esistenza secondo la Kabbalah, la pace mondiale e un'infinita felicità arriveranno in un lampo.)

Ricordate che ogni cosa nella vostra vita esiste per un'unica ragione: offrirvi l'opportunità di trasformarvi. La trasformazione è il solo modo di ottenere un cambiamento positivo della vostra esistenza ed in questo mondo.

Smettete

di sprecare la vostra energia trovando difetti negli altri. Cominciate a cambiare dentro di voi. Iniziate a cercare le situazioni spiacevoli e a evitare le strade facili. Troverete la Luce solo nelle acque agitate della vita. Perché? Perché i mari tempestosi innescano reazioni.

Certo, per un po' sarete sballottati dai flutti. All'inizio prenderete schiaffi da tutte le parti, ma se manterrete la certezza che siete solo messi alla prova, e se non reagite, le acque presto si calmeranno. Ed è a quel punto che arriverete a conoscere il potere della Kabbalah. È a quel punto che farete esperienza di una Luce straordinaria che dall'inizio dei tempi sta cercando di raggiungervi e di darvi tutto ciò che desiderate da sempre.

E così arriviamo all'ultimo e Dodicesimo Principio:

Tutte le caratteristiche negative
che vedete negli altri
sono solo un riflesso delle vostre.
Solo correggendo voi stessi
potete cambiare gli altri.

Quando tutto è stato detto e fatto

C'è un'ultima regola nel gioco della vita. Un segreto che, da solo, incarna e abbraccia tutti i principi appresi fin qui.

Se avete difficoltà a ricordare tutte le lezioni esposte in questo libro, i cabalisti ci donano un'unica perla di saggezza che racchiude tutti gli altri principi. È come un segreto magico e ci è rivelato attraverso un'antica parabola cabalistica che dice più o meno questo:

Un allievo desideroso di conoscere tutti i segreti della Kabbalah si rivolge al suo venerato insegnante e Maestro. Si presenta con un enorme scatolone contenente ventidue volumi sacri di libri cabalistici e lo fa cadere con un tonfo ai piedi del maestro, dopodiché gli chiede di insegnargli tutti i segreti sublimi e i misteri meravigliosi del cosmo nel breve tempo in cui si riesce a restare in equilibrio su una gamba sola. Questo eminente Maestro è uno dei più grandi mistici della storia dell'umanità. Dopo aver ascoltato la richiesta del suo zelante allievo, egli pondera la domanda con grande attenzione. Poi i suoi occhi sfavillano di infinita saggezza... e dice:

AMA IL PROSSIMO TUO COME TE STESSO.
TUTTO IL RESTO È SECONDARIO.
ORA VA' E IMPARA.

APPENDICI

La Kabbalah: le dodici regole del gioco

1. Non credete a nulla di ciò che leggete! Mettete alla prova la lezione imparata.

2. Esistono due realtà fondamentali: il nostro mondo dell'I per cento, fatto di oscurità, e quello del 99 per cento, il regno della Luce!

3. Tutto ciò che un essere umano desidera veramente dalla vita è Luce spirituale!

4. Lo scopo della vita è la trasformazione spirituale da en tità reattive a esseri proattivi.

5. Nel momento della trasformazione entriamo in contatto con il regno del 99 per cento!

6. Mai - assolutamente mai - addossare la colpa agli altri o alle circostanze esterne.

7. Resistere ai nostri impulsi reattivi crea una Luce durevole.

8. Un comportamento reattivo produce intensi lampi di luce, ma alla fine lascia dietro di sé l'oscurità.

9. Gli ostacoli ci offrono l'opportunità di connetterci alla Luce.

10. Più grande è l'ostacolo, più grande è la Luce potenziale.

11. Quando le sfide sembrano insormontabili, infondete certezza. La Luce è sempre presente!

12. Tutte le caratteristiche negative che vedete negli altri sono solo un riflesso delle vostre. Solo correggendo voi stessi potete cambiare gli altri.

E infine:

Ama il prossimo tuo come te stesso. Tutto il resto è secondario.

Ora va' e impara.

Breve storia della Kabbalah

ABRAMO (2000 ca. a.C.)

Il primo scritto sulla Kabbalah, il *Libro della Creazione*, appartiene al patriarca Abramo, padre del giudaismo, del cristianesimo e dell'islam, risale a più di quattromila anni fa e si dice che racchiuda tutti i misteri dell'universo, sebbene sia molto breve. Come è possibile?

Naturalmente moltissimo può essere esposto in modo conciso, come Einstein ha provato con la sua famosa formula $E=mc^2$. In questi cinque caratteri ci sono intuizioni matematiche che aiutano a definire e a spiegare i misteri del tempo, dello spazio, dell'energia e della materia.

Il *Libro della Creazione* è un'altra formula di questo genere. Proprio come la formula di Einstein richiedeva vaste conoscenze matematiche, solo chi era esperto nelle arti mistiche della Kabbalah era in grado di penetrare i segreti di questo libro sacro.

IL SEME DI *TUTTE* LE RELIGIONI

L'antico trattato cabalista ha influenzato la maggior parte delle grandi religioni del mondo. È citato sia nel *Libro di Mormon*, sia nel Corano, come il *Libro di Abramo.*

Inoltre Abramo trasmise parte della sua saggezza cabalistica ad alcuni dei suoi figli, che furono poi mandati in Orien-

te a sviluppare le vie spirituali che oggi conosciamo come Zen, buddhismo e induismo. In verità, tutti i sistemi religiosi e tutte le dottrine spirituali possono essere ricondotte alla Kabbalah.

Tuttavia, *l'intero* corpus della saggezza cabalistica fu tramandato dopo molte generazioni al più grande profeta che il mondo abbia conosciuto.

MOSÈ
(1446 a.C.)

Più di tremilatrecento anni fa, sulla vetta del Monte Sinai, Mosè ricevette le Tavole con i Dieci Comandamenti. In verità la storia di Mosè e dei Dieci Comandamenti è un codice che non ha *nulla* a che fare con il significato letterale dei versetti biblici.

Il concetto di *Dieci Comandamenti è* forse il fraintendimento più comune! Dio non comanda. Dio non ordina. Non punisce né premia. Se una persona infila le dita in una presa di corrente e si fulmina prendendo la scossa, sarebbe assurdo dire che *l'elettricità* l'ha punita. Allo stesso modo, se in una giornata afosa accendiamo l'aria condizionata per ottenere un po' di sollievo, non diremo certo che sia stata l'energia elettrica a premiarci. È piuttosto la modalità con cui interagiamo con tale forza a determinare se ci sia dolore o piacere.

Dieci Comandamenti è un'espressione in codice per le Dieci Sefirot (vedi p. 110) e per l'energia spirituale che pervade il

regno del 99 per cento. Se ci colleghiamo *a* questa energia attraverso il nostro ego, il risultato è un cortocircuito dolo-- roso. Se invece lo facciamo in modo proattivo, si accenderà la Luce.

UNA TECNOLOGIA ANTICA '.

Mosè utilizzo la tecnologia della Kabbalah per collegare il nostro mondo dell'I per cento a quello del 99 per cento. Questo è il *vero* significato dei Dieci Comandamenti e della storia della rivelazione. Mosè trascrisse questa saggezza cabalistica cifrandola nel linguaggio occulto della metafora e della parabola. Questo scritto venne in seguito conosciuto come *I cinque libri di Mosè* o la Bibbia. I veri segreti, comunque, furono celati e trasmessi solo oralmente a pochi degni discendenti in ogni generazione successiva.

Mosè fallì nel porre fine alla versione caotica di questo gioco della vita sul Monte Sinai, perché gli Israeliti non erano pronti ad abbandonare il proprio ego. Presero a lamentarsi, a piagnucolare e a brontolare per la vita nel deserto e scongiurarono Mosè perché li riconducesse dal faraone. Come abbiamo imparato in questo libro, i lamenti, ricordati nella Bibbia, sono un codice. *Egitto* è la parola in codice che indica la nostra esistenza materiale. *Faraone* si riferisce al nostro ego.

Gli Israeliti non volevano abbandonare il proprio comportamento egocentrico e reattivo e ciò aprì una breccia per gli anticabalisti, conosciuti anche come la moltitudine mista, per sabotare la rivelazione del Sinai. Questi anticabali-

sti istigarono alla costruzione del vitello d'oro, evento che scollegò il mondo dal 99 per cento. Le tavole di Mosè e la saggezza cabalistica vennero chiuse nell'Arca dell'Alleanza, destinata a rimanere nascosta per millenni.

PITAGORA (400 ca. a.C.)

Pitagora, una delle grandi menti della storia, influenzò la musica, la matematica e molte altre scienze. Secondo Ermippo di Smirne (200 ca. a.C.), biografo classico, Pitagora concepì *tutte* le sue idee e le sue teorie basandosi sulle « Dottrine degli Ebrei » e di Mosè. In una delle sue opere, Ermippo accusa Pitagora di plagiare la saggezza degli Ebrei, spacciandola per propria e poi divulgandola in Grecia.

Il dottor Seth Pancoast (1844-1916) fu professore di microanatomia e fisiologia all'Istituto di Medicina della Penn Medicai Universiry, a Filadelfia. Egli, insieme a Thomas Alva Edison, fu un membro fondatore della Società Teosofica. Il dottor Pancoast scrisse:

> *Pitagora fu uno degli uomini più straordinari dei suoi tempi; non solo era un sapiente nel senso comune del termine, ma era un cabalista del grado più elevato.*

Giamblico (250-325 d.C.), il più noto biografo antico di Pitagora, a sua volta scrisse:

> *Egli [Pitagora] parlò con i profeti che erano i discendenti di Mosè il fisiologo...*

PLATONE (400 ca. a.C.)

Isaac Newton, nei suoi manoscritti teologici, ipotizzò che Platone avesse mutuato conoscenze segrete dai cabalisti per poi farne la base del suo sistema filosofico. Henry More, il maestro di Newton, confermò questa tesi. Avvalorando l'ipotesi di Newton, il dottor Pancoast scrisse:

Anche Platone fu un importante e acutissimo cabalista.

Sebbene queste grandi menti abbiano avuto un accesso limitato a tale saggezza, per la comparsa dell'intera Kabbalah in forma scritta si sarebbe dovuto attendere il più grande cabalista della storia.

GESÙ (Il Rabbino Joshua, figlio di Giuseppe)

Secondo i cabalisti, Gesù, figlio di Giuseppe, conosciuto come il Messia, fu il liberatore della sua generazione. Imparò la tecnica cabalistica dell'immersione rituale nell'acqua da Yochanan (Giovanni Battista). Nel Vangelo di Tommaso, che contiene gli insegnamenti segreti ai suoi discepoli più stretti, Gesù insegna che la luce è l'origine di tutta l'umanità e che ogni persona è una scintilla del divino. Tutti gli uomini vengono considerati «figli della Luce». Le guarigioni e altri miracoli furono atti cabalistici.

Gli anticabalisti denunciarono queste pratiche ai romani e, come molti altri cabalisti, Gesù fu condannato.

Il grande saggio Rabbino Akiva è stato scorticato vivo dai romani di fronte a ventimila spettatori. Al cabalista Ishmael, figlio di Elisha, è stato strappato il viso per poterlo donare alla figlia dell'imperatore romano. Il saggio conosciuto come Gamaliel fu decapitato. Furono tutti maestri della pratica cabalistica.

Sia Gesù sia Akiva hanno decodificato la saggezza cabalistica in una frase dell'antico testamento dalla semplicità e profondità sconcertanti: « Ama il prossimo tuo come te stesso ».

Lo *Zohar* sostiene che la morte di un grande saggio cabalista aiuta a purificare i peccati della sua generazione. Di conseguenza i cabalisti credono che queste grandi anime furono uccise anche per purificare i peccati dei propri fratelli Israeliti, che ancora si rifiutarono di abbandonare il proprio ego, come già sul Monte Sinai.

Quei grandi saggi cabalisti furono considerati «figli di Dio ». Infatti secondo lo *Zohar* chiunque studia la saggezza della Kabbalah viene chiamato « figlio dell'Unico Santo » (figlio di Dio) e « il figlio del Padre ». Comunque questi segreti rimasero celati dalle masse per millenni.

Peggio ancora, con la strage di quei cabalisti, sia Roma sia gli anticabalisti stavano sradicando la Kabbalah in modo *definitivo* dalla civiltà. Ma Akiva lasciò la propria saggezza in eredità a uno studente che rimase in vita. Il suo nome era Simeon, figlio di Yochai.

IL RABBINO SIMEON BEN YOCHAI
(II secolo d.C.)

Fu ordinato rabbino dal capo spirituale Rabbino Judah ben Bava, che per questo sacrificò volontariamente la sua vita.

Questo atto violava la legge romana e Judah fu trafitto da più di trecento frecce.

Un gigante tra i mistici, il Rabbino Simeon, fu condannato a morte dall'imperatore romano Adriano. Questa sentenza fu emessa dopo che un altro anticabalista aveva denunciato Simeon alle autorità romane.

Ma Roma non poté nulla contro di lui. Il Rabbino Simeon afferrò l'opportunità per imbarcarsi in una ricerca spirituale e, nascondendosi in una caverna per i successivi tredici anni della sua vita, fu investito del compito di rivelare il corpus completo del sapere sulla Kabbalah, chiamato *Zohar,* un'opera profondamente spirituale che svelava tutti i segreti racchiusi nel *Libro della Creazione.*

Lo *Zohar* continua a rappresentare l'opera fondamentale della Kabbalah.

MAGIA O SCIENZA?

Nel corso della storia gli anticabalisti temevano lo *Zohar* per il suo potere e per le verità che esprimeva. Da altri fu considerato un trattato sul misticismo e sulla magia. Con il senno di poi, la ragione è chiara:

lo *Zohar* espone idee e concetti che erano in anticipo di se coli sui tempi.

In un'epoca in cui la scienza riteneva che la Terra fosse piatta, lo *Zohar* descriveva il nostro pianeta come sferico, con persone che sperimentavano il giorno e la notte in fusi orari diversi.

Lo *Zohar* descrive il momento della creazione come un'e-splosione simile al Big Bang.

Parla di un universo a dieci dimensioni. Prende

in esame il concetto di universi paralleli.

Nei tempi antichi queste speculazioni erano considerate eretiche e terrificanti. Ma non sono questi i concetti più strabilianti che appaiono nello *Zohar.* Il primato spetta alla seguente idea...

Il Rabbino Simeon dice che lo *Zohar* è qualcosa di più di un semplice testo di saggezza occulta e spirituale. Questo trattato mistico è uno strumento potente che conferisce energia, uno strumento esoterico che, in sé e di per sé, è pervaso dal potere di portare pace autentica, protezione, guarigione e appagamento a coloro che sono *in* possesso del reale libro fisico.

C'è di più.

Come il monolito nel film *2001: Odissea nello spazio,* lo *Zohar* può infiammare l'anima di una generazione, provocan-

do una profonda trasformazione nella coscienza collettiva e individuale degli esseri umani. In altre parole, proprio come una lampadina illumina una stanza buia mostrando oggetti prima invisibili, la Luce spirituale dello *Zohar* può illuminare - *semplicemente con la sua presenza.* - la mente degli uomini sui misteri celati del cosmo.

Secondo i cabalisti queste influenze invisibili alla fine aiuteranno a forgiare il destino dell'umanità quando la conoscenza dello *Zohar* si diffonderà nel mondo.

L'ALTO MEDIOEVO

Il Rabbino Simeon, grande saggio, affermò che arriverà il giorno in cui anche un bambino di sei anni sarà capace di sviscerare la saggezza spirituale della Kabbalah. Ma fino a quando quel tempo non fosse giunto, i manoscritti originali dello *Zohar* dovevano rimanere celati. Quindi furono nascosti per secoli. L'oscuramento della Luce spirituale dello *Zohar* coincide con l'Alto Medioevo, un'era in cui tutti gli aspetti della civiltà, incluse l'istruzione, la scienza e la comunicazione, erano quasi completamente inerti.

IL CABALISTA RABBINO MOSES BEN SHEM TOV DE LEON (XIII secolo, 1270 ca.)

Il grande cabalista spagnolo Moses de Leon di Guadalajara fece una scoperta sbalorditiva quando, nel XIII secolo, trovò i manoscritti dello *Zohar*. Il recente ritrovamento dei

Rotoli del Mar Morto appare poca cosa rispetto a quello dello *Zohar.*

Lo *Zohar* e il Libro di Daniele sostenevano che il trattato sarebbe rimasto celato per milleduecento anni (cento anni per ciascuna delle dodici tribù di Israele), partendo dal tempo della distruzione del Tempio.

Il Tempio di Gerusalemme fu distrutto dai romani nel 70 a.C.

Moses de Leon scoprì lo *Zohar* nel 1270: milleduecento anni dopo, come avevano predetto lo *Zohar* e il libro di Daniele.

L'EFFETTO MONOLITO

La scoperta di Moses de Leon passò del tutto inosservata agli occhi del mondo, ma segna un punto di svolta epocale perché per la prima volta nella storia umana la Luce dello *Zohar* illuminò la Terra. Anche se il suo linguaggio arcano lo rende inaccessibile alle masse, i cabalisti affermano che l'energia emanata dal suo testo mistico infiamma l'inconscio collettivo di una generazione.

Alcuni anni dopo che de Leon pubblicò lo *Zohar,* il noto filosofo Ruggero Bacone concepì un futuro con navi che avrebbero viaggiato sott'acqua, macchine che avrebbero volato nel cielo e barche che avrebbero solcato i mari senza marinai o rematori. Alle persone della sua generazione suonava come misticismo, e ben presto Bacone fu imprigionato per eresia.

Non molto tempo dopo, Nicola di Oresme, filosofo, economista, matematico, medico nonché uno dei principali fondatori della scienza moderna, tenne lezioni sul moto rotatorio della Terra, duecento anni prima di Copernico. Scrisse sulla natura, sulla rifrazione e sulla velocità della luce, concetti ampiamente trattati nello *Zohar*.

IL VERO SANTO GRAAL

La ricerca del perduto Santo Graal è stata raccontata in numerosi libri e film, in narrazioni e poemi fin dai tempi medievali. Il Graal è stato spesso identificato come una coppa di salvezza, una pietra, una spada rosso sangue e perfino come una via di trasformazione spirituale. Le diverse leggende sul Graal sono legate da simboli comuni: dei cavalieri, una rosa, l'albero della vita e il castello del Graal. Ma ecco una curiosità: tutte queste descrizioni o simboli si trovano anche nello *Zohar*.

Uno degli autori più famosi che hanno scritto del Graal, Wolfram Von Eschenbach, affermò di aver ricevuto la sua storia da un mistico spagnolo a Toledo, nel XIII secolo, un periodo in cui la Kabbalah era la saggezza spirituale più popolare della Spagna. Un cabalista francese, Isacco il Cieco, scrisse una lettera in cui metteva in guardia i cabalisti spagnoli contro la rivelazione dei segreti cabalistici.

Secondo l'Enciclopedia Cattolica, il resoconto più dettagliato della vera natura del Graal si trova nell'opera del XIII secolo *Grand Saint Graal*. In questo manoscritto francese medievale il Graal viene chiamato « un libro di una Luce

sorprendente ». Inoltre, la semplice visione del Graal può guarire e rendere immortali. La vera identità dello *Zohar* come il Santo Graal verrà esplorato ulteriormente in un altro libro.

IL CABALISTA RABBINO ISAAC LURIA (l'«ARI») (XVI secolo, 1534-1572)

Il cabalista Isaac Luna fu un bambino prodigio che scavò a fondo nelle meraviglie mistiche dello *Zohar*. Chiamato l'«Ari», o il Sacro Leone, elaborò un commento storico sullo *Zohar* che eliminò tutti gli strati di complessità del testo. Gli insegnamenti dell'Ari diventarono la scuola di pensiero definitiva dello studio sulla Kabbalah. Di lì a poco gli studiosi cristiani tradussero in latino i suoi scritti, permettendo alla saggezza cabalistica dell'Ari di influenzare le più grandi menti del Rinascimento che, a loro volta, contribuirono alla rivoluzione scientifica del secolo successivo. Tutta la sostanza del presente libro è radicata nella Kabbalah lurianica.

APRIRE LE CRIPTE

Sempre nel XVI secolo il cabalista Abraham Azulai (1570-1643) emanò un decreto, retroattivo dal 1540, che annullò qualsiasi proibizione relativa all'apprendimento della Kabbalah. Probabilmente nella storia questa è la prima volta in cui la Kabbalah diventò accessibile a tutti, persino a un bambino di sei anni.

Come nota più frivola, vi dirò che anche la superspia James Bond in parte deve la sua esistenza alla Kabbalah.

Il dottor John Dee (1527-1608) fu un eminente matematico e scienziato inglese. Famoso in tutto il mondo per il suo genio, Dee diede un contributo fondamentale alla scienza, alla matematica, alla geografia, all'architettura e all'arte. Era anche l'astrologo reale ufficiale della regina Elisabetta I. Secondo la professoressa Deborah Harkness della University of California, a Davis, Dee fu anche un mistico della Kabbalah:

> *John Dee probabilmente fu il più importante e influente filosofo della natura e scienziato dell'Inghilterra del XVI secolo. John Dee fu profondamente influenzato dalla Kabbalah. Possedeva una vasta biblioteca cabalistica, la migliore presente nell'Inghilterra del XVI secolo. Fu la Kabbalah a ispirare tutto il suo lavoro.*

Secondo Harkness, Dee era convinto che la Kabbalah potesse rivelare le verità nascoste sul mondo della natura attraverso messaggi occulti che Dio impresse nella realtà fisica.

Donald McCormick, redattore di cronaca estera al « London Sunday Times » e autore di *A History ofthe British Secret Service,* conosceva lan Fleming, che inventò il personaggio di James Bond. Nel suo libro McCormick dice che Fleming venne a sapere che Dee aveva svolto missioni di spionaggio per conto della regina. Informò il Servizio Segreto Britannico sulle tecniche di codificazione e di critto-

grafia. Dee firmava i suoi dispacci privati per Elisabetta I con due cerchi (00), che indicavano che lui era « gli occhi » della regina, e il numero sette (7), un importante numero cabalistico.

Fleming si ispirò a John Dee per creare il personaggio di James Bond, usando la firma del mistico, *007,* come emblema del suo agente segreto inglese.

UNA RIVOLUZIONE SCIENTIFICA CABALISTICA (XVII secolo)

Il XVII secolo conobbe un'improvvisa e *inspiegabile* esplosione del progresso scientifico. Sia studiosi sia scienziati sono stati messi alle strette per trovarne la ragione. Tuttavia, sulla base di nuove prove alcuni studiosi ora sostengono che la Kabbalah ebbe una profonda influenza su alcuni dei maggiori scienziati e matematici del XVII secolo, un'epoca in cui la linea di demarcazione tra filosofia e scienza, fisica e metafisica era virtualmente inesistente.

UN'ESPLOSIONE DI SAPERE

Nel suo best seller *Jews, God, and History,* Max Dimont scrive: « La filosofia e la scienza occidentali, morte con i greci e i romani nel II secolo a.C., rinacquero nel XVI e XVII secolo ».

Dimont aggiunge: « Qualcosa deve aver provocato questa rinascita, ma che cosa? » Egli suggerisce che sia stata la Kabbalah: « Questo corpo di scritti cabalistici può addirit-

tura aver avuto un'ampia diffusione nell'improvvisa fioritura della scienza nel XVII secolo ».

Riguardo a questa improvvisa rivoluzione scientifica lo studioso A.C. Crombie nel suo libro *Medieval and Early Science* afferma: « È poco chiara la ragione per cui si sarebbe dovuta verificare una simile rivoluzione nei metodi di pensiero».

Dimont afferma che studiare il ruolo dei cabalisti medievali come scienziati potrebbe « fare un po' di luce sull'improvvisa esplosione del genio scientifico nell'Europa Occidentale del XVII secolo ».

L'ORIGINARIA SAGGEZZA SEGRETA

La professoressa Allison P. Coudert nel suo libro *The Impact of the Kabbalah in the Seventeenth Century* afferma che: «la Kabbalah lurianica merita un riconoscimento che non ha mai ricevuto nella storia della scienza e della cultura occidentali ».

Per esempio, il grande matematico Leibniz che, in polemica con Sir Isaac Newton per la paternità di questa scoperta, ideò il calcolo infinitesimale - responsabile di quelle noiose lezioni di matematica che abbiamo sopportato alle superiori -, fu profondamente influenzato dalla Kabbalah.

Coudert sottolinea che Leibniz e Newton ritenevano che la Kabbalah racchiudesse un'antica saggezza segreta chiamata *prisca theologia,* rivelata da Dio a Mosè sul Monte Sinai (vi suona familiare?). Leibniz, Newton e i loro pari crede-

vano che se questa saggezza pura fosse stata riscoperta e rivelata al mondo nella sua forma autentica, incorrotta, avrebbe portato la pace sulla Terra gettando le basi per una vera religione universale, sradicando così i conflitti religiosi che avevano trasformato lo scenario della civiltà umana in un mare di sangue.

Coudert scrive: « Gli scritti cabalistici furono generalmente considerati l'unico e il più importante mezzo per recuperare questa antica saggezza... rappresentavano la prima e la più pura fonte di quel sapere divino ».

In effetti Leibniz, uno dei massimi intelletti del XVII secolo, parlò allo studioso svedese Erik Benzelius del suo « progetto per una società evoluta che avrebbe combinato la Kabbalah, il calcolo, il misticismo e la meccanica ».

I DUE ISACCHI: LURIA E NEWTON

Sir Isaac Newton, l'uomo che diede il maggior contributo alla rivoluzione scientifica e al varo dell'Era dell'Illuminismo, fu anche un serio studioso della Kabbalah. Si dedicò con tale zelo al suo studio da imparare l'ebraico.

Nel suo libro *The Religion of Isaac Newton*, lo studioso Frank Manuel dice: « Mosè conosceva tutte le verità scientifiche - Newton ne era certo ».

Lo studioso Richard Popkin afferma che Newton concepiva la Bibbia come « un crittogramma » che celava i veri segreti dell'universo. Tale visione coincideva con quella dei cabalisti.

Nel suo scritto «God's Sensorium: Newton's Kabbalistic Slip » lo studioso Gorge Zollschan afferma che la famosa definizione newtoniana di spazio come *sensorium dei* è il risultato dell'influenza della Kabbalah.

Sensorium dei significa che Dio genera la creazione e il moto tramite la « percezione » piuttosto che attraverso la volontà o la parola. Zollschan afferma che questo concetto ha un unico precedente: gli insegnamenti cabalistici dell'Ari (il Rabbino Isaac Luria).

Si è scoperto che Newton era in possesso di una copia della *Kabbalah Denudata,* la traduzione latina dello *Zohar e* degli scritti cabalistici dell'Ari.

Il dottor Pancoast scrisse: « Newton arrivò alla scoperta di queste forze (la legge dell'attrazione e della repulsione) grazie ai suoi studi sulla Kabbalah».

Anche lo studioso Serge Hutin identificò Newton come un « cabalista cristiano ».

L'INIZIO DEL XX SECOLO

All'inizio del XX secolo il cabalista Rabbino Yehuda Ashlag, il mistico più profondo del Novecento, decifrò gli scritti dell'Ari e il testo dello *Zohar.* Finalmente la saggezza della Kabbalah era accessibile come non lo era mai stata in precedenza. Una persona non doveva avere le capacità intellettive di un Newton o di un Platone per capire quei solenni segreti. Ciò, tra l'altro, non fece piacere a certe fazioni della

comunità religiosa. In uno dei numerosi « incidenti » che gli capitarono, il Rabbino Ashlag fu lasciato in una pozza di sangue sui gradini del suo Kabbalah Learning Centre.

Imperterrito, il Rabbino Ashlag scavò persino più a fondo nella Kabbalah lurianica con fervore, svelandone i più grandi segreti. Ma la stragrande maggioranza delle persone fece poco caso a questo atto epocale e non riuscì a percepirne la portata.

Concetti come relatività, viaggio nello spazio, guarigione, universi paralleli, origini della cardiopatia (e la sua relazione con il colesterolo) e questioni che riguardano il benessere dell'umanità furono cifrati nello *Zohar* circa duemila anni fa. La genialità del Rabbino Ashlag sta nella sua capacità di estrapolare questi segreti dagli scritti dell'Ari, antichi di cinquecento anni.

Ciò rese lo Zohar più accessibile che durante la rivoluzione scientifica. Per i cabalisti non è una coincidenza il fatto che lo *Zohar* sia apparso nel mondo laico in un secolo che assistette a più progressi tecnologici che tutti gli altri messi insieme.

LA METÀ DEL XX SECOLO

Il primo discepolo del Rabbino Ashlag, il cabalista Yehudah Brandwein, completò e pubblicò il corpus monumentale degli scritti del suo Maestro. Anche se era devoto e ortodosso, il Rabbino Brandwein era un uomo del popolo. Era un'anima gentile e umile, che di giorno saliva sulle im-

palcature dei cantieri edili e di notte ascendeva agli eccelsi mondi spirituali.

Il Rabbino Brandwein abbracciava con amore incondizionato e accettazione chiunque incontrasse, a prescindere dal fatto che fosse osservante o no. Suscitò amore profondo in tutte le persone con cui entrò in contatto. Sia atei che devoti credenti ebbero un grande rispetto per lui. Il Rabbino Brandwein lasciò questo mondo nel 1969, dopo aver passato la sacra torcia al suo amato allievo, il cabalista Rabbino Berg.

I NOSTRI GIORNI

Il Rabbino Berg e sua moglie, Karen Berg, ruppero con duemila anni di tradizione e dogma religioso e misero la saggezza della Kabbalah a disposizione di chiunque avesse il sincero desiderio di imparare. Ma dovettero pagare questo atto di coraggio. Come la maggior parte dei cabalisti nel corso della storia, subirono violenza fisica, verbale, e soffrirono per mano di individui determinati a non svelare i segreti della Kabbalah alle persone come me e come voi, comuni mortali che dalla religione cercavano risposte che non si limitassero al classico: «Perché è scritto ».

CORRUZIONE

Lo *Zohar* stesso avvertì che « l'autorità religiosa imperante » avrebbe sempre cercato di impedire alle persone di rivendicare il potere spirituale che apparteneva loro di dirit-

to. Il suo scopo era quello di agire da intermediario tra l'uomo e Dio, di poter far pagare alla nostra anima il prezzo del biglietto per accedere a Dio. Le autorità religiose avrebbero temuto la saggezza universale della Kabbalah perché questa dà alle persone (non ai rabbini e ai preti) il potere di connettersi direttamente con l'infinita, illimitata Luce della Creazione. Ciò avrebbe costretto i rabbini e i preti ad abdicare al loro ruolo di guardiani delle porte del paradiso.

Il Maestro del Rabbino Berg, il Rabbino Brandwein, gli aveva detto che, poiché la saggezza spirituale della Kabbalah era rimasta sepolta per così tanti secoli, il 95 per cento delle persone avevano voltato le spalle alla religione (e probabilmente voi siete tra queste) perché la « religione » non era riuscita (di proposito) a liberarle dai loro problemi personali, dal dolore e dalla sofferenza. Una dura realtà, ma purtroppo la verità.

Ora che il Rabbino Berg e Karen hanno aperto le antiche cripte della Kabbalah alle masse, la gente ha l'opportunità di capire perché esistiamo, come siamo arrivati qui e come possiamo eliminare il dolore, la sofferenza, il tormento, la paura e il caos dalla nostra vita.

Finalmente il segreto è stato svelato, ed ecco perché avete la possibilità di leggere questo libro.

Il Kabbalah Centre

LA MAGGIORE ORGANIZZAZIONE INTERNAZIONALE PER L'INSEGNAMENTO DELLA KABBALAH

Sin dalla fondazione, il Kabbalah Centre ha avuto una sola missione: trasformare e migliorare la vita di tutte le persone interessate con l'aiuto del potere e della saggezza della Kabbalah.

Grazie alla dedizione del Rabbino Berg e di sua moglie Karen, ultimi di una lunga discendenza di Maestri cabalisti, già tre milioni e mezzo di persone nel mondo sono stati toccati dagli insegnamenti potenti della Kabbalah. E ogni anno il numero aumenta!

Come fonte principale della saggezza della Kabbalah, con le sue cinquanta sedi nel mondo, il Kabbalah Centre offre un ricco patrimonio di risorse, come:

- Lo *Zohar* nella prima traduzione comprensibile in inglese. I ventitré volumi rilegati includono il testo in aramaico e un commento dettagliato per renderlo accessibile a chiunque.

- Un calendario ricco di seminar!, letture e incontri serali di studio a tutti i livelli. (Questo servizio è attivo in molti Paesi europei. Per iniziative in Italia si consiglia di chiamare il numero verde 800.986209.)

- CD, cassette e video, così come libri in inglese e altre dieci lingue.

- Due siti Internet: www.kabbalah.com e www.72.com, che ricevono oltre 100.000 visitatori ogni mese.

- Una lista in costante aggiornamento di eventi e pubblicazioni per aiutarvi a vivere il *Segreto* e altri insegna menti della Kabbalah con maggiore consapevolezza e gioia.

Scoprite perché il Kabbalah Centre è l'organizzazione spirituale con il tasso di crescita più alto del mondo. Il suo unico intento è quello di migliorare la vita delle persone attraverso l'insegnamento della Kabbalah. Lasciate che vi mostriamo cosa può fare la Kabbalah per voi!

Per ulteriori informazioni sul Kabbalah Centre o su come applicare i principi della Kabbalah nella vostra vita chiamate il numero verde 800.986209. Riceverete assistenza e avrete la possibilità di ottenere delle risposte direttamente al telefono. Gli insegnanti esperti del centro vi aiuteranno a capire la Kabbalah in ogni sfaccettatura e vi consiglieranno i corsi o le letture per approfondire gli argomenti.

Le sedi centrali del Kabbalah Centre negli Stati Uniti si trovano ai seguenti indirizzi:

- 155 E, 48* St., New York, NY 10017
- 1062 S. Robertson Blvd., Los Angeles, Ca 90035

Per le mie figlie Honour e Ava,

che possano raggiungere il loro potenziale e usare i loro doni per portare in etemo la Luce al loro mondo e *al resto dell'universo.*

IL POTERE DELLA

KABBALAH

Un libro che parla di potere, il potere della mente, il potere dell'anima e il potere delle forze spirituali nascoste che permeano la nostra intera esistenza.

«Nessun *abracadabra*. Le idee in questo libro non hanno nulla a che fare con i dogmi religiosi. Scuotono il mondo intero, eppure sono così semplici.»

Madonna

«*Il potere della Kabbalah* mostra come rivelare la bellezza del vostro spirito e partire per un viaggio di trasformazione e di conoscenza di sé.»

Deepak Chopra

«Questo libro offre un messaggio semplice ma potente e profondo, sia per il principiante, sia per il lettore più esperto.»

John Gray

«La riscoperta della Kabbalah è il movimento spirituale che ha avuto la maggiore crescita nella storia.»

ENTERTAINMENT WEEKLY

ISBN 88-502-0866-9
9 788850 208661